

# Cuprins

Ce este un Fidget Spinner?	6
Alege un spinner	8
Modele minunate	10
Personalizează și creează	12
Un spinner de vis	16
Noțiuni de bază	18
Ciclul de învârtire	20
Test de echilibru	21
Folosirea mâinilor	22
Echilibrul corpului	24
Pe față	26
Într-o rotire	28
Cât mai multe spinnerze	30
Încearcă și cu pixul	32
Învârtte peste tot	34
Degete îndemânate	36
O învârtire simplă	38
Aruncarea simplă și prinderea	39
Mișcări pe degete	40
Din mână în mână	42
Săritorul	43
Aruncă și prinde!	44
Aruncarea în aer	46
Răsucirea	47
Săritura de pe loc	48



Rotirea pe articulațiile degetelor	49
Pe întuneric	50
Polaritate inversă	52
Înainte și înapoi	53
Într-un picior	54
Pe sub mână	55
Înclinare și rotire	56
Jonglerul	57
Pricepere la fotbal	58
Trucuri cu piciorul	59
Distrație maximă!	60
Un teanc de spinnere	62
Să alegem provocările	64
Ruleta echilibrului	66
Cine îndrăznește să învârtă	67
Să creăm provocările	68
Numărarea provocărilor	70
Ține în echilibru	72
Distrație în aer liber	74
Jocurile învârtelii	76
Trucuri noi	82
În clasă	84
La ce îl mai poți folosi?	90
Vitrina cu trofee	94
Cel mai mare campion la Fidget Spinner	96

