

Instrukce

1. Pojd'te dál, posaďte se.
2. Svlékněte se do půl těla / do spodního prádla.
3. Lehněte si. Lehněte si na záda / na břicho/ na levý bok.
4. Otočte se / obraťte se na pravý bok.
5. Dejte ruce podél těla.
6. Předpažte. Zvedněte ruce.
7. Zvedněte pravou / levou ruku.
8. Předkloňte se. Narovnejte se.
9. Postavte se rovně.
10. Otočte se doprava / doleva.
11. Vyhrňte si rukáv.
12. Sevřete ruku v pěst.
13. Zhluboka se nadechněte. Nedýchejte.
14. Zadržte dech. Vydechněte.
15. Můžete se obléct.
16. Nespěchejte, máte dost času.
17. Otevřete / zavřete ústa.
18. Ukažte jazyk.
19. Podívám se vám do krku. Polkněte.
20. Prohmatám vám krk / uzliny.
21. Zavřete oči.
22. Ukloňte hlavu doleva.
23. Sundejte si brýle. Vezměte si brýle.
24. Nebojte se, nebude to bolet.