

HOW TO MAKE A PLASTIC JUMPROPE

Materials: plastic bags, tape, scissors

- 1) Cut the bags in strips that are 2 inches wide.
- 2) Tie each strip together until you have a long cord that is about 6 feet.
- 3) Repeat this process 5 more times, so you should have 6 cords that are each 6 feet long.
- 4) Put 2 cords together and do a classic 3 strand braid.
- 5) When you're done, make a knot at the end to finish it.
- 6) Finally, wrap each end with tape, wrapping it tightly to make a handle.

CÓMO HACER UNA CUEDRA PARA SALTAR

Materiales: bolsas de plástico, cinta adhesivo, tijeras

- 1) Cortar las bolsas en tiras de unas 2 pulgadas de ancho.
- 2) Unir tira a tira con nudos hasta hacer una larga tira de plástico de aproximadamente seis pies.
- 3) Repite la operación 5 veces más para tener 6 otras de plástico de seis pies cada una.
- 4) Ponerlas de dos en dos e ir haciendo una trenza clásica de 3 tiras.
- 5) Cuando acabes la trenza haz un nudo final para fijarla.
- 6) Finalmente rodea cada extremo con cinta adhesivo, envolviendo hasta crear un fuerte manguito.