

Skapat av Lisa Hjulström december 2020

## **Förslag på start/landning som komplement till Kroppsdansen.**

Skaka kan ingå som en del i starten.

Klappa på kroppen. Går också att göra parvis eller två klappar den 3:e.

Stryka eller krama kroppen.

Sträcka på sig i olika riktningar. Ta in sitt rörelse utrymme.

Spänna delar av kroppen och slappna av.