

Takknemlig for kroppen!



Vi rister på
armene og er
takknemlige
for det de gjør
for oss!



Vi rister på
beina og er
takknemlige
for det de gjør
for oss!



Vi svinger på
mage og rygg
og er
takknemlige
for det de gjør
for oss!



Vi beveger på
hodet og
skuldre og er
takknemlige
for det de gjør
for oss!



Vi hopper og
rister hele oss og
er takknemlige
for det kroppen
gjør for oss!



Vi puster rolig og
flytter
oppmerksomheten
rundt fra tær til
hode. Takker for
det de gjør for oss
hver dag!