

Innostus

ENERGIA  95 



Pikku Jörö - pieni tiibetinspanieli - 1/6

Vuuh-kierros

Sydän hakkaa ja häntä heiluu. Vuuh!

Katso patteria

Tauko, välipala ja lepo lataavat.

Tukena: Eno

★ Pikku Jörö - Tunteet

Ilo

ENERGIA  80 



Pikku Jörö - pieni tiibetinspanieli - 2/6

Lahjavuorihippy

Hyvä olo pulppuaa, ja tekee mieli hyppiä.

Jakakaa ilo

Jutelkaa siitä, mitä tapahtui.

Tukena: Kaverit

★ Pikku Jörö - Tunteet

Väsynyt

ENERGIA  10 



Pikku Jörö - pieni tiibetinspanieli - 3/6

Tyhjä patteri

Patteri tyhjenee ja silmät painuvat kiinni.

Katso patteria

Tauko, välipala ja lepo lataavat.

Tukena: Mummo

★ Pikku Jörö - Tunteet

Kiukku

ENERGIA  25 



Pikku Jörö - pieni tiibetinspanieli - 4/6

Sarvikarvat

Karvat nousevat pystyyn kuin sarvet.

Hengitä

Sisään ja laske neljään, pitkä "puuh" ulos.

Tukena: Ledi

★ Pikku Jörö - Tunteet

Rentous

ENERGIA  60 



Pikku Jörö - pieni tiibetinspanieli - 5/6

Puuh-henkäys

Hengitä sisään ja laske neljään asti. Keho rentoutuu.

Hengitä

Sisään ja laske neljään, pitkä "puuh" ulos.

Tukena: Ledi

★ Pikku Jörö - Tunteet

Rauha

ENERGIA  100 



Pikku Jörö - pieni tiibetinspanieli - 6/6

Kukka päässä

Sarvet sulavat, ja päähän puhkeaa kukka.

Jakakaa ilo

Jutelkaa siitä, mitä tapahtui.

Tukena: Mummo

★ Pikku Jörö - Tunteet