

KOKO TALO LIIKKUU



TUOLINUOLI (kaksi tuolia)

Hyppäävä tuolinnuoli:



Asetu seisomaan katse kohti tuoleja. Laske kätesi molemmille tuoleille. Ponnista painosi käsien varaan ja hyppää tuolien välistä eteenpäin. Tee sama takaperin.

Stoppaava tuolinnuoli



Asetu seisomaan katse kohti tuoleja. Laske kätesi molemmille tuoleille. Ponnista painosi käsien varaan ja jää roikkumaan tuolien väliin. Nosta jalkoja niin ylös kuin saat.

Yhden käden tuolinnuoli:



Asetu seisomaan katse kohti tuoleja. Laske toiselle tuolille sitä lähinnä oleva käsi ja toiselle tuolille sitä lähinnä oleva jalka. Astu vapaaksi jääneellä jalalla tuolien välistä. Tee sama takaperin.

Pyörivä tuolinnuoli



Asetu seisomaan katse kohti tuoleja. Laske molemmat kätesi toiselle tuolille. Astu tuolia lähempänä oleva jalka toiselle tuolille tukijalaksi. Ponnista toisella jalalla tukijalan yli ja laske se maahan tuolien toiselle puolelle. Anna ponnistusjalan puoleisen käden irrota samalla tuolista, niin pääset itsesi ympäri.