

ØVELSE: KONGENS EFTERFØLGER

Beskrivelse

- ♥ Stå i en klump (minimum 2 personer) med front i samme retning.
- ♥ Den forreste i gruppen er leder og starter en bevægelse. Alle kopierer den. Når lederen skifter retning, bliver den, der nu står forrest, leder og improviserer bevægelser, som alle andre kopier.

Øvelsen kan udføres på skiftende underlag og med forskellige intensitet, som man skal forsøge at følge med.

Egne noter

