



HAROLDIN AAMUJUMPPA

Harold pitkää kaulaansa ylös venyttää,
ja päätään hitaasti pyörittää.

(seisotaan ja venytetään kaula pitkäksi)
(pyöritellään päätä varovasti puolelta toiselle)

Oikeaa jalkaansa eteen ja taakse heiluttaa
samaa tahtiin taputtaa.
Vasempaa jalkaansa eteen ja taakse heiluttaa,
tahtiin taputtaa.

(heilutellaan jalkaa eteen-taakse)
(kun jalka on edessä, käsien taputus edessä
kun jalka on takana, käsien taputus selän samaan
takana)

Harold kavionsa taivaaseen kurkottaa,
sitten maata kohti kumartaa
Jälleen kavionsa taivaaseen kurkottaa ja
maata kohti kumartaa.

(nostetaan kädet ylös)
(kurotetaan käsillä varpasiin)
(toistetaan kurotukset)

Jalkojaan nostaa ja tömistää
samalla käsiänsä pyörittää.

(marssitaan tömistellen)
(pyöritetään käsiä)

Vielä jalalta toiselle vuorotellen hyppelee
Yhdellä jalalla taitavasti tasapainoilee

(hypellen paino toiselta jalalta toiselle)
(seistään yhdellä jalalla)

Naamaa vääntää ilmeilee
Lopuksi leveästi hymyilee

(tehdään erilaisia ilmeitä kasvoilla)
(lopetetaan jumppa hymyssä suin)