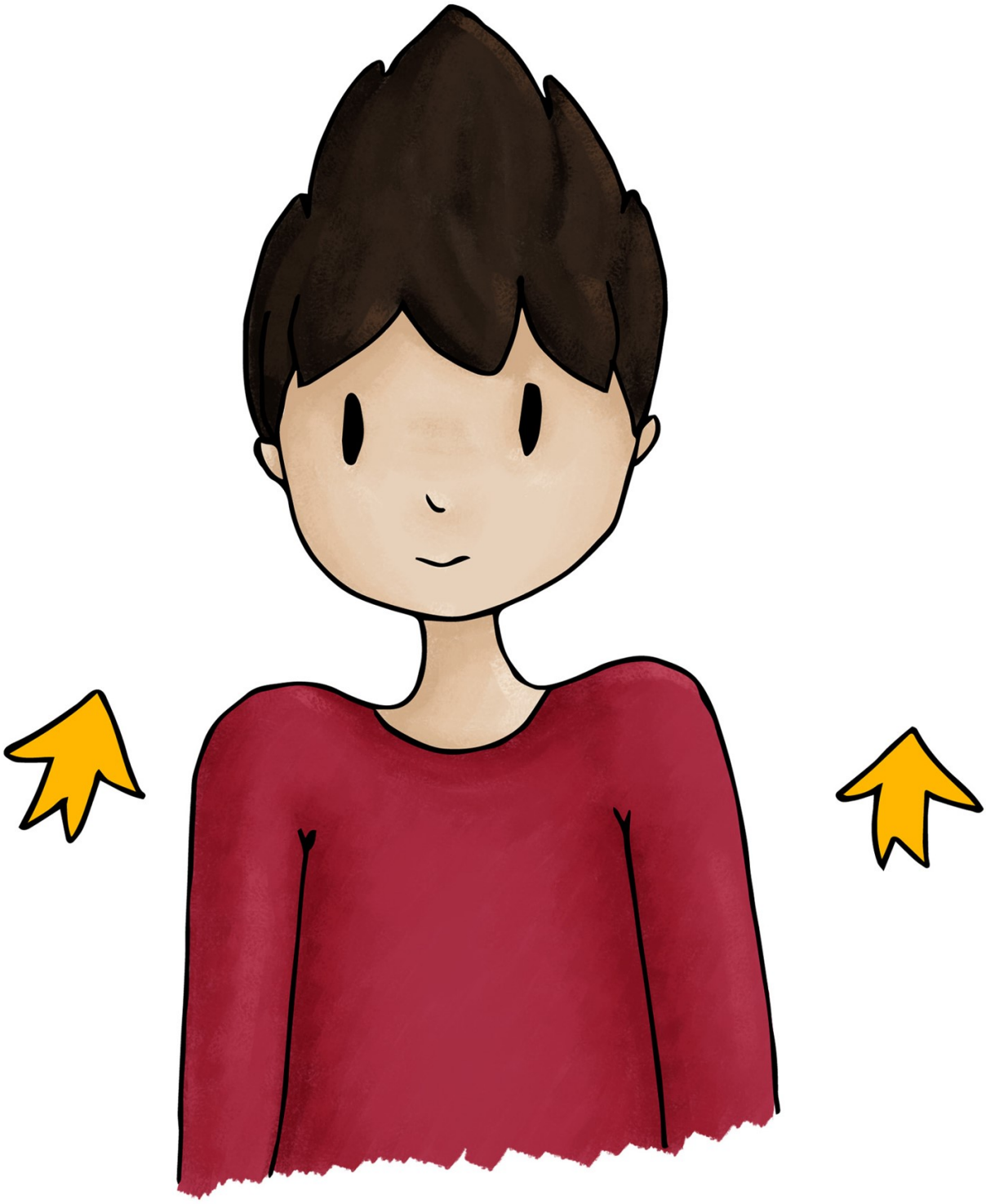


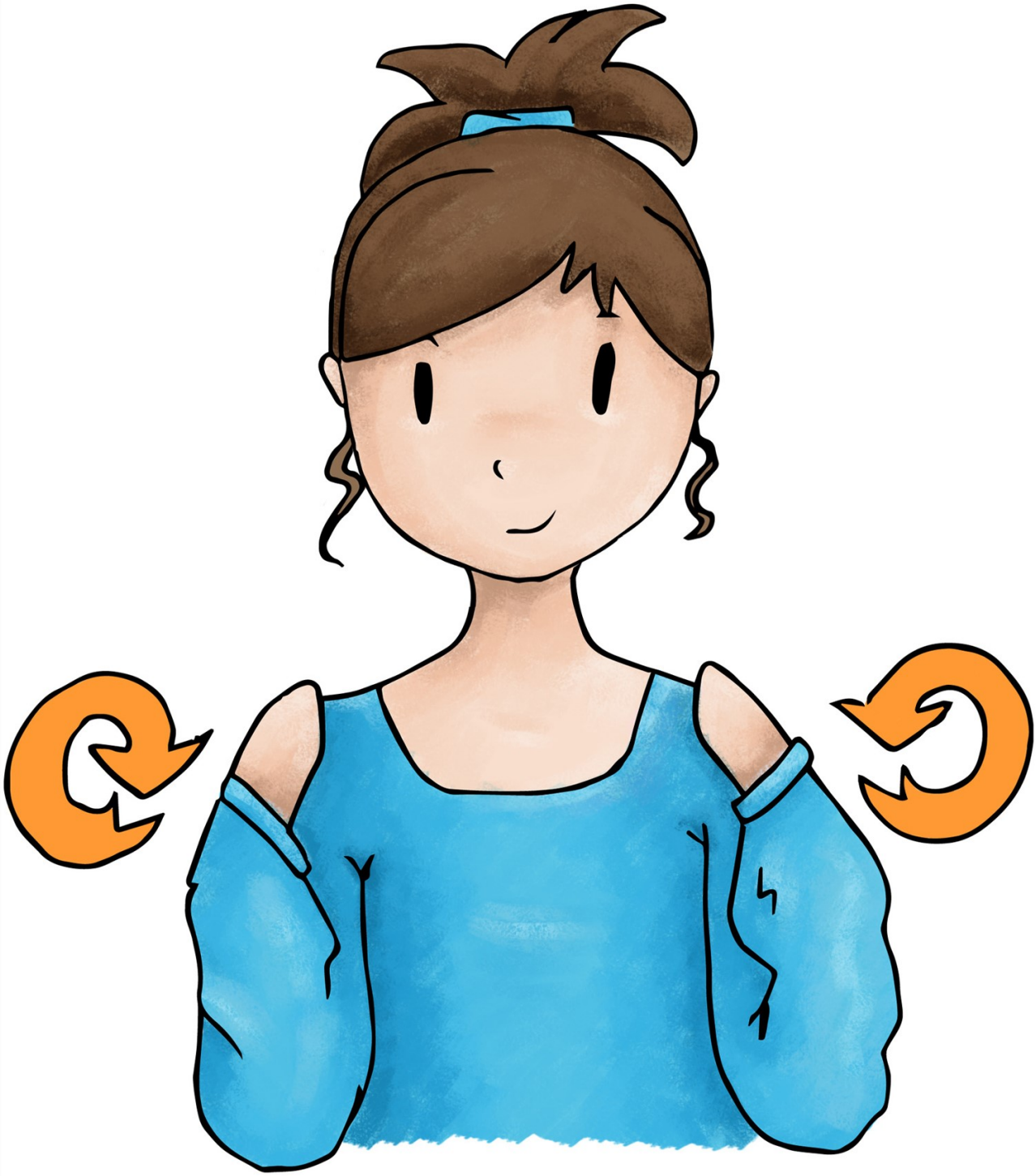
LA TANIÈRE DE Kyban

Je masse mon visage
et mon cou.



LA TANIÈRE DE Kyban

Je tire mes épaules vers le haut sans bouger le reste du corps.



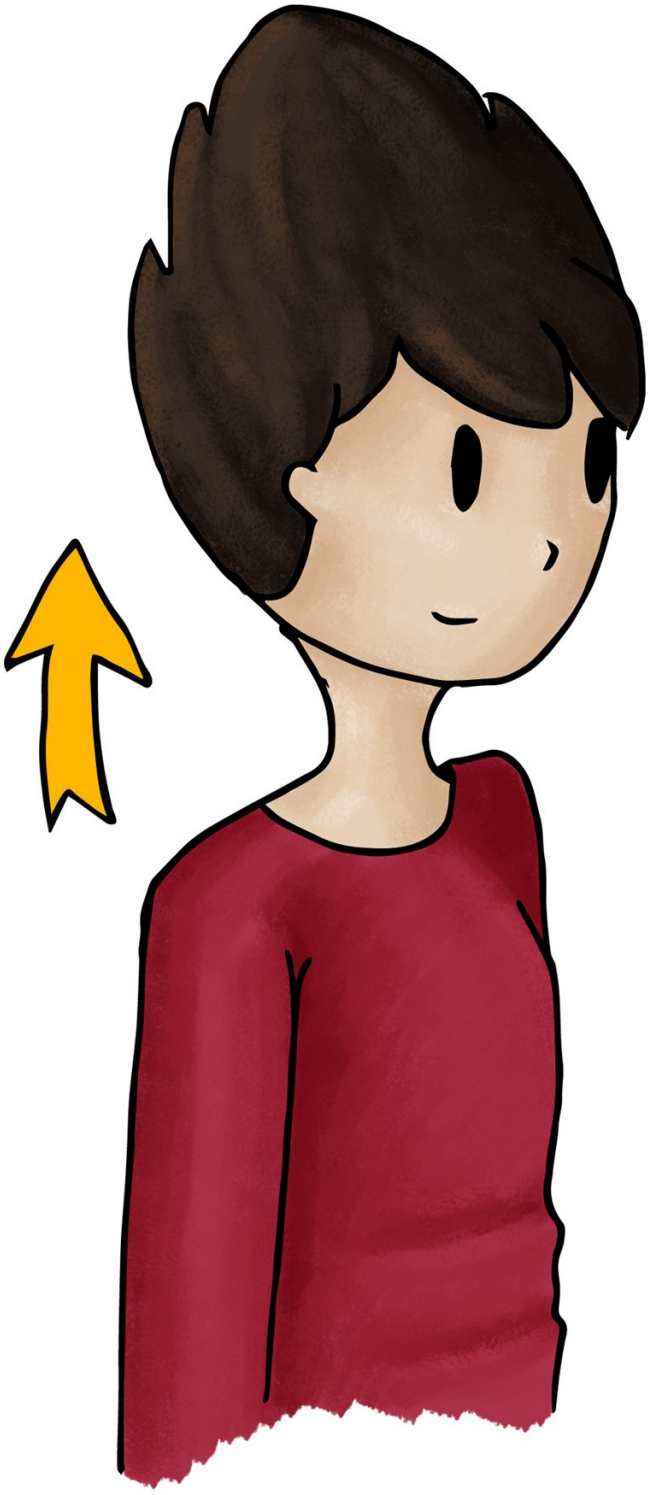
LA TANIÈRE DE Kyban

Je fais rouler mes épaules
vers l'avant puis vers l'arrière.



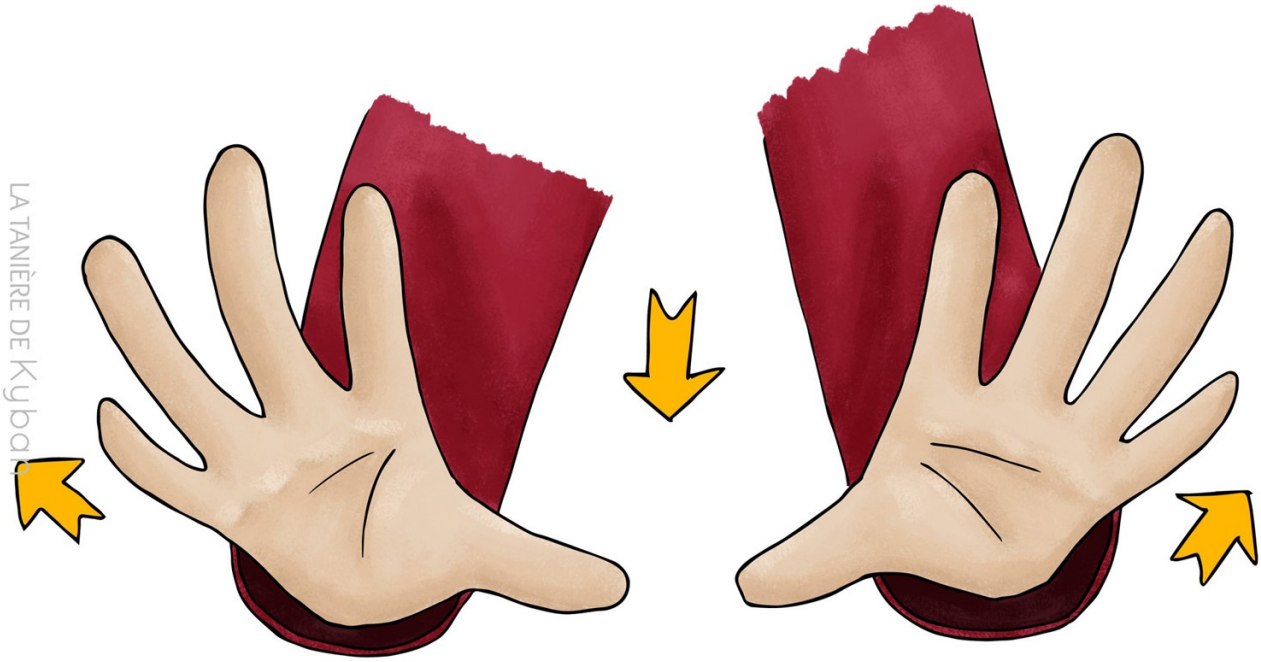
LA TANIÈRE DE Kyban

Je penche la tête en avant, en arrière, d'un côté puis l'autre.



LA TANIÈRE DE Kyban

Bien droit, je me grandis
le plus possible.



LA TANIÈRE DE Kyban

Bras tendus, j'étire mes doigts,
je maintiens puis je relâche.



LA TANIÈRE DE Kyban

Avec l'index, je fais le tour de ma main posée tout en le fixant.



Je réchauffe mes paumes et les pose sur les yeux.