

## Promenad

### Ordlista

**färdig, -t, -a** valmis

**promenera, promenerar, promenerade, promenerat** kävellä

**kanske** ehkä

**känna sig yr, känner, kände, känt** huimata

**bli, blir, blev, blivit** tulla joksikin

**säkert** varmasti

**stiga upp, stiger, steg, stigit** nousta ylös

**rör på sig, rör, rörde, rört** liikkua

**prova, provar, provade, provat** kokeilla

**naturligtvis** tietysti

**viktig, -t, -a** tärkeä

**först** ensin

**upp** ylös

**en säng, -en, -ar, -arna** sänky

**spännande** jännittävä

**försiktig, -t, -a** varovainen

**stödja, stödjer, stödde, stött** tukea

**ordentligt** kunnolla

**kännas, känns, kändes, kännts** tuntua

**ostadig, -t, -a** epävarma

**tro, tror, trodde, trott** uskoa, luulla

**lyckas, lyckas, lyckades, lyckats** onnistua

**i egen takt** omassa tahdissa

**säga till, säger, sade, sagt** sanoa

**behöva, behöver, behövde, behövt** tarvita

**vila, vilar, vilade, vilat** levätä

**våga, vågar, vågade, vågat** uskaltaa

**ensam, -t, -ma** yksin

**en uppgift, -en, -er, -erna** tehtävä

**kort, -, -a** lyhyt

**promenad, -en** kävely

**ett rum, -met, -, -men** huone  
**komma ihåg, kommer, kom, kommit** muistaa  
**andas, andas, andades, andats** hengittää  
**lugnt** rauhallisesti  
**känna sig, känner, kände, känt** tuntea itsensä  
**stabil, -t, -a** varma, tasapainoinen  
**glad glatt, glada** iloinen  
**försöka, försöker, försökte, försökt** yrittää  
**göra framsteg, gör, gjorde, gjort** edetä  
**räcka, räcker, räckte, räckt** riittää  
**tillbaka** takaisin  
**lite** vähän  
**trött, -t, -a** väsynyt  
**längre** kauemmas  
**i morgon** huomenna  
**orka, orkar, orkade, orkat** jaksaa  
**låta, låter, lät, låtit** kuulostaa  
**ett steg, -et, -, -en** askel  
**sedan** sitten  
**framme** perillä  
**öka, ökar, ökade, ökat** lisätä  
**en styrka, -n, -or, -orna** voima  
**ett ben, -et, -, -en** jalka  
**enkel, -t, enkla** yksinkertainen  
**en övning, -en, -ar, -arna** harjoitus  
**såsom** kuten  
**en knäböj, -en, -ar, -arna** polven taivutus  
**en bensträckning, -en, -ar, -arna** jalan ojennus  
**en sådan, ett sådant, sådana** sellainen  
**påskynda, påskyndar, påskyndade, påskyndat** nopeuttaa  
**återhämtning, -en** toipuminen  
**långsamt** hitaasti  
**lyssna på, lyssnar, lyssnade, lyssnat** kuunnella jotakin  
**en kropp, -en, -ar, -arna** keho

**självlart** totta kai  
**starkare** vahvempi  
**i morgon** huomenna  
**Smaklig måltid.** Hyvää ruokahalua.