**Æfingaskýrsla í klassísku nuddi.**

Þú skrifar skýrslu yfir þau æfinganudd sem þú hefur gert á milli lota í klassíska nuddinu. Þú skráir lotuna og hvaða líkamspart þú fórst yfir í lotunni, svo tekur þú nokkur æfinganudd heima og skrifar um þau; t.d. hvernig það gekk, hvernig nuddþeginn upplifði það, hvort og þá hverju þú gleymdir eða ert óviss með, tímalengd á hverju nuddi, hvað og hvernig þú upplifðir nuddin.