



**Irish Heart  
Foundation**

The National Stroke & Heart Charity



# Bizzy Breaks

## Sosanna Spleodracha



Gael Linn

### Scaoil na Matáin

Scaoil leis na Matáin  
Bí Briomhar

1 Casadh Ceoil



2 Rianú Litreach



3 Tógáil Meáchain



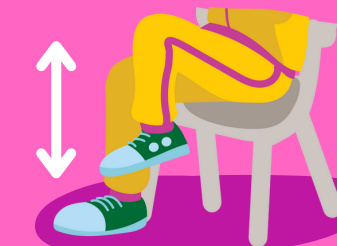
4 Croitheadh  
Guaillí



5 An Síneadh Fada



6 Máirseáil Mhall



7 Sála Síos



8 Brú &  
Tarraingt



### Bí ag Puthaíl

Cuir do chroí  
ag preabadh

1 Siúl ar an Spota



2 Hup  
Máirseáil



3 Bualadh  
Buillí



4 Céim  
Chliathánach



5 Pocléimneach



6 Snámh  
Brollaigh



7 Preabscaradh



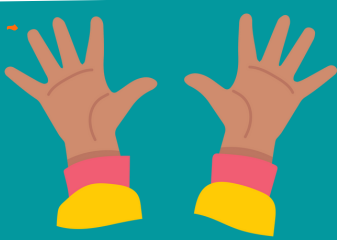
8 Buillí  
Arda



### Bain síneadh asat féin

Sín & scaoil  
leat féin

1 Spré na Méar



2 Casadh an Rosta



3 Eití Eitilte



4 Síneadh Tóna



5 Síneadh Colpa



6 Síneadh Lorga



7 Lúb ar  
Leataobh



8 Casadh Coirp



9 Síneadh  
san Aer

