



Limengard Ka Lindl
 Yoga-Beck
 www.yoga-rotenegger.de
 Bahnhofstr. 31 83278 Traunstein
 Tel.: +49(O)8664 368002

Die 8 Bewegungen: 1. Grad

AA - Ausatmung
 EA - Einatmung



Bild 1
AA



Bild 2
EA



Bild 3
AA



Bild 4
EA



Bild 5
AA



Bild 6
EA

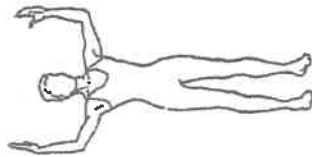


Bild 7
AA

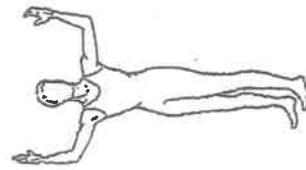


Bild 8
EA

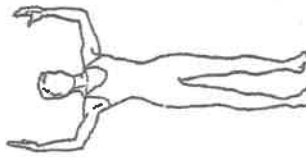


Bild 9
AA

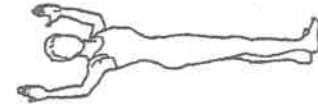


Bild 10
EA

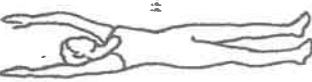


Bild 11
AA

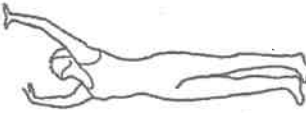


Bild 12
EA



Bild 13
Atemfülle



Bild 14
AA



Bild 15
EA



Bild 16
AA

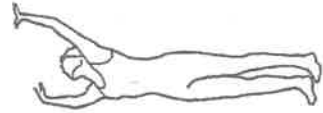


Bild 17
EA



Bild 18
AA