

Gestreckter Berg



Berg

ein



Ganze Vorbeuge



aus

Halbe Vorbeuge



ein

Brett



aus | ein

Bauchlage



aus

kleine Kobra



ein

Bauchlage



aus

Vierfüßlerstand



ein | aus



ein

Gestreckter Berg



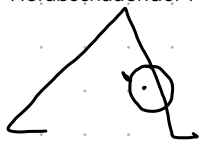
ein

Berg



aus

Herabschauender Hund



aus

Halbe Vorbeuge



ein

Ganze Vorbeuge



aus

Der Sonnengruß

