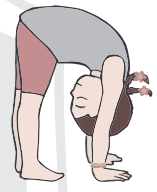




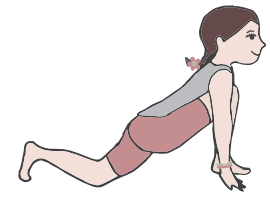
1./12. Namaste.



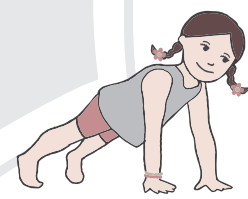
2. Ich begrüße die Sonne.



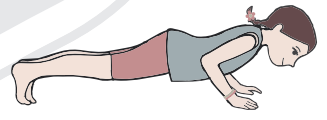
3. Ich begrüße die Erde.



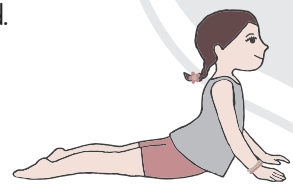
4. Ich bin stark.



5. Ich bin mutig.



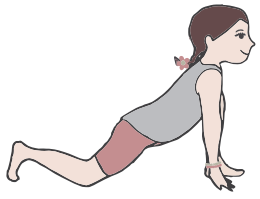
6. Ich bin kräftig



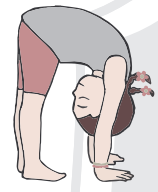
7. Ich bin konzentriert wie eine Kobra.



8. Ich bin freundlich wie ein Hund.



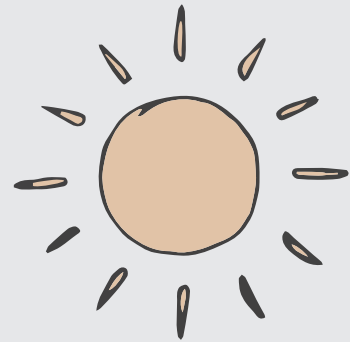
9. Ich bin stark.



10. Ich begrüße die Erde.



11. Ich begrüße die Sonne.



Sonnengruß

„Surya Namaskara“