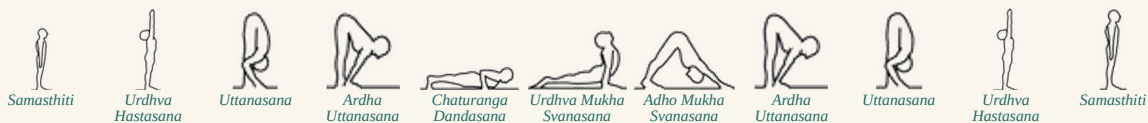


Ashtanga Yoga · Primera Serie

Yoga Chikitsa (terapia del yoga)

Surya Namaskar A 5X



Surya Namaskar B 3X



Posturas de pie



Primera Serie



Posturas finales



OM SHANTI