

PRATICA x IL QUARTO CHAKRA: ANAHATA

CUORE

Trino - Natto



L'ALBERO

VRKSASANA



IL GABBIANO

PAKSINASANA



IL GALLETO

KUKKUTASANA



IL PALMO
DELLA
PINO

TALASANA



IL MUSO
DI VACCA

GOMUKASANA



IL PEZZO
PILASTRO

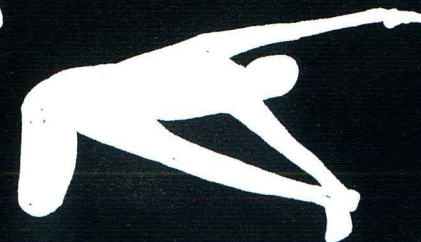
ARDHA STHAMBASANA



IL RIPOSO DEL BUDDHA

SAYANA BUDDHASANA

LA PEZZA LUNA



ARDHA CHANDRASANA

