

WideMat
freedom matters

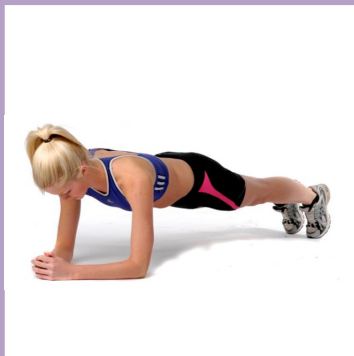
Yoga en casa
PARA PRINCIPIANTES

SEMANA 11



Yoga en casa PARA PRINCIPIANTES

SEMANA 11



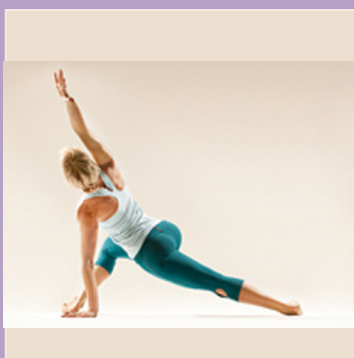
La Plancha



Malasana



El Camello



Somachandrasana I



Padahasthasana



El Guerrero I



Loto

WideMat
freedom matters

Más sesiones y ejercicios
www.widemat.com