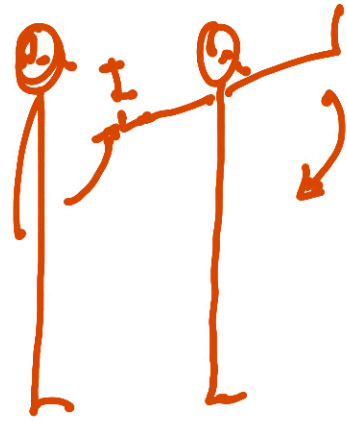


# SEIRIE GLOBAL. YOGA por el CAMBIO



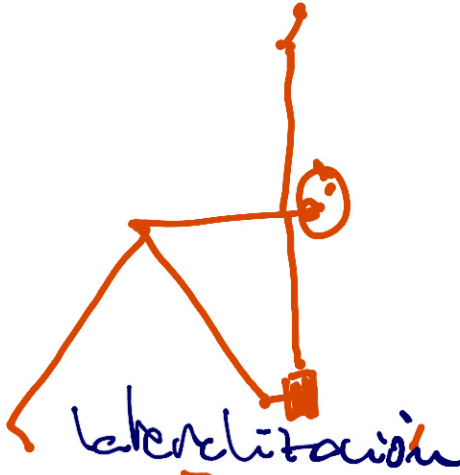
- Celebración YOGA
- Dedicación niños del mundo



Movil. Cintura scapular



torsión



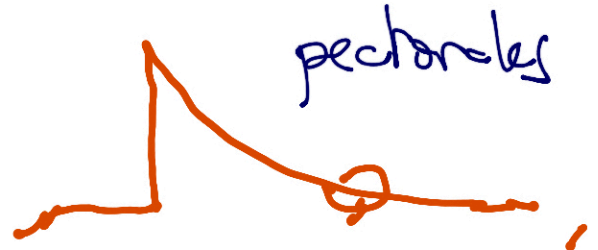
lateroclitación



Aductores y semi invertida



equilibrio y pies



pectorales

empuñe



Rot. ext. Rodillas



Estiramiento cuádriceps



Caderas y lumbares

Equilibrio  
e inversión



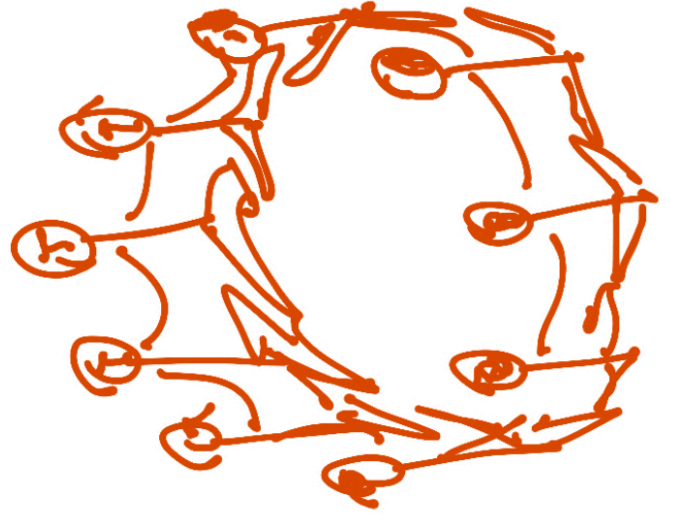
torción



cuadriceps  
e isquias



contacto  
y respiración



Manos  
juntas y  
despedida  
industrial  
Corchetón.

suspensión



estiramiento  
posterior

