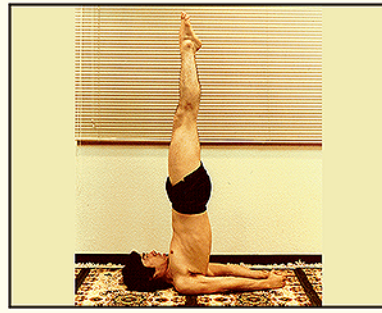




サルヴァンガアーサナⅠ



サルヴァンガアーサナⅡ



サルヴァンガアーサナⅢ



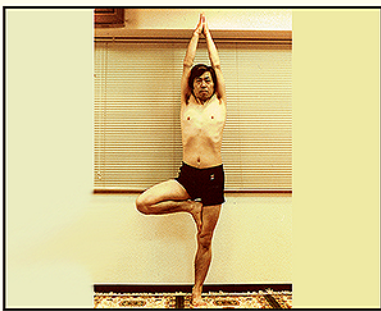
サルヴァンガアーサナⅣ



ニラランバサルヴァンガアーサナ



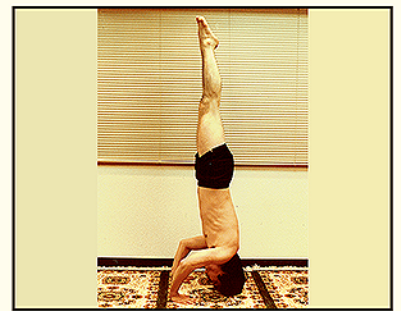
トゥリコーナアーサナ



ヴリクシャアーサナ

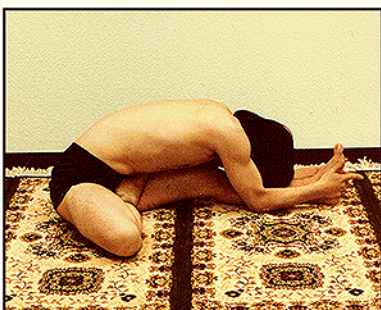


サーランバシールシャアーサナⅠ



サーランバシールシャアーサナⅡ

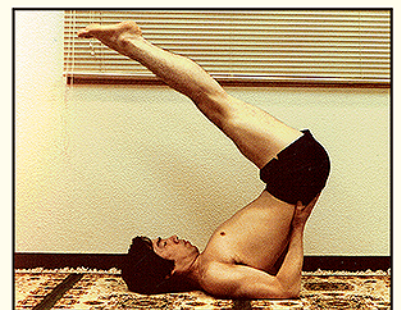
ムドラー行法アーサナ



マハームドラ



ヨーガムドラ



ヴィバリッドカラニムドラ