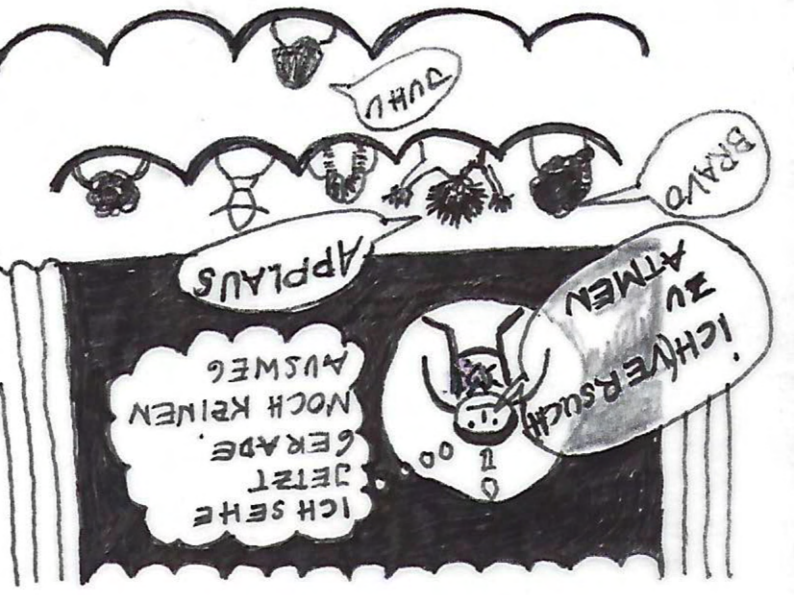
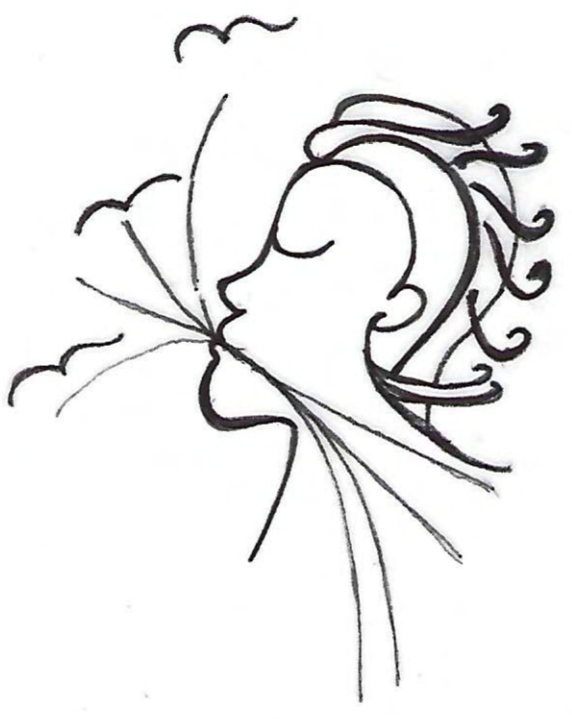


AB HIER STARTET EIN NEUES KAPITEL

HURRA!!! JIPPI!



1. ATMEN



2. ENTSPANNEN
Wahrnehmung auf
ATMUNG und KÖRPER
und

PLÖTZLICH WIEDER EIN
ZARTER FLUSS
UND EIN
TÜPFELCHEN LEICHTIGKEIT

