



*Yoga-beweging*  
ADEM BEWEEG LEEF

## *40 dagen verstilling*

Ik wens/ ik heb behoefte aan:

1 1 <sup>e</sup> audio	2	3	4	5
6	7	8 2 <sup>e</sup> audio	9	10
11	12	13	14	15 3 <sup>e</sup> audio
16	17	18	19	20
21 4 <sup>e</sup> audio	22	23	24	25
26	27 5 <sup>e</sup> audio	28	29	30
31	32	33 6 <sup>e</sup> audio	34	35
36	37	38 7 <sup>e</sup> audio	39	40