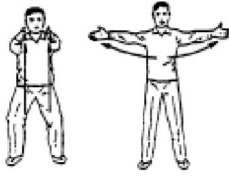


Wecken des Qi



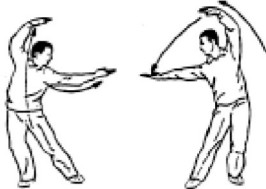
Wolkenhände in Reiterhaltung



Öffnen des Brustkorbs



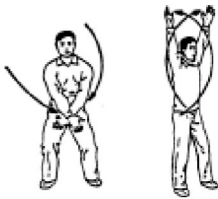
Auf den Meeresgrund greifen und zum Himmel schauen



Regenbogen bewegen



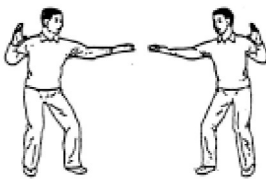
Wellen bewegen



Wolken teilen



Taubenbreiten die Flügel aus



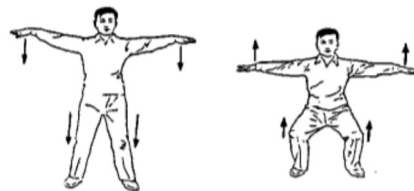
Rollen der Arme / Schwimmen



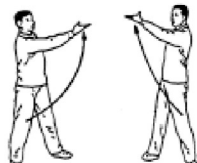
Faust stoßen



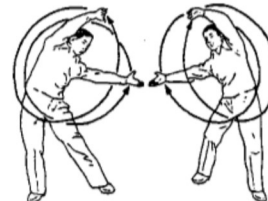
Rudern auf einem See



Fliegen wie ein Adler



Die Sonne heben



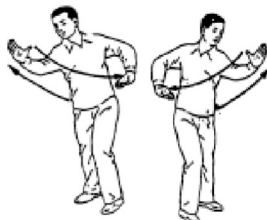
Windmühle



Mond anschauen



Ball spielen wie ein Kind



Handflächen diagonal schieben



Beruhigen des Qi