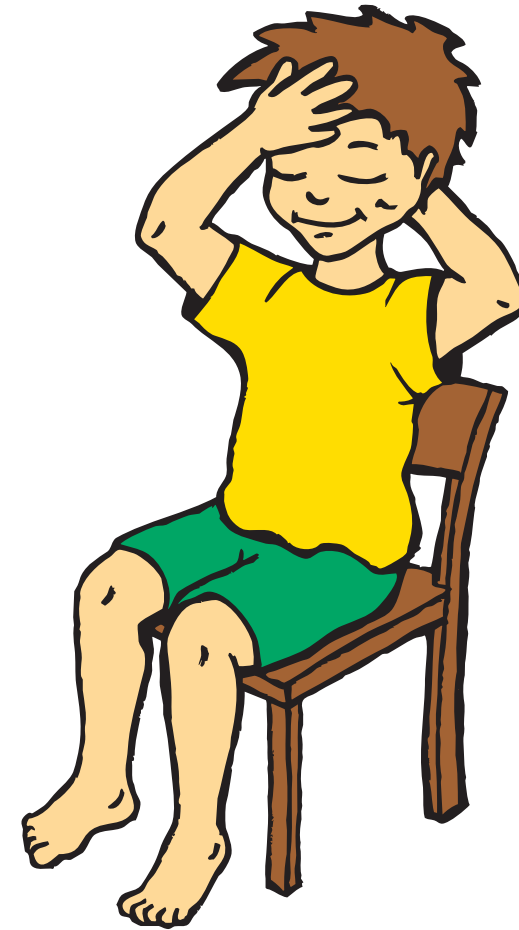


©h. Hötzing

Kopfwärmer

Sitz bequem, gib eine Handfläche auf die Stirn, die andere auf den Hinterkopf, schließ nun die Augen, entspann dich und atme in den Bauch. Denk an etwas Schönes!



ENTSPANNUNG