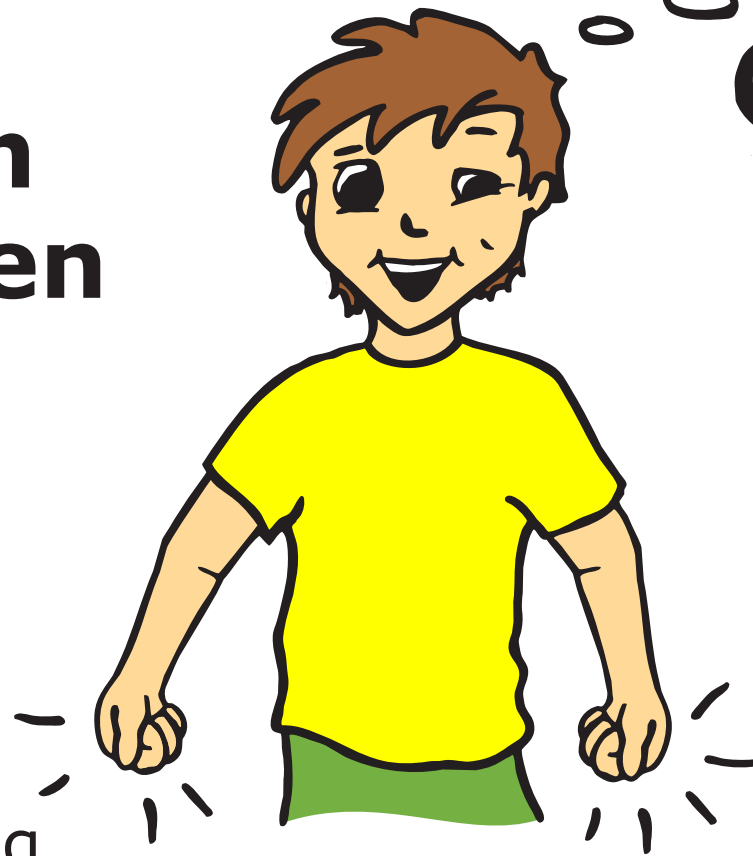


©h. Hötzing

Schwamm ausdrücken

Stell dir vor, du hast in beiden Händen einen nassen Schwamm und drückst ihn aus!
Wiederhole den Vorgang mehrmals!



ENTSPANNUNG