

- 1 SONNENGRUSS**
- 2 HINABSCHAUENDER HUND**
- 3 GERADE KRIEGERHALTUNG**
- 4 SEITLICHE KRIEGERHALTUNG**
- 5 DREIECKSPOSE**
- 6 BAUMHALTUNG**
- 7 BRUSTDEHNUNG**
- 8 TISCHHALTUNG**
- 9 WIRBELSÄULENSTRETCH**
- 10 BEINDEHNUNG**