



0100 - RESPIRAZIONE 01: CONSAPEVOLEZZA

Cliccando sull'esercizio si aprirà la "Practice Room" per aiutarti nello studio con il materiale di supporto.

[0101 - Osservazione del Respiro Naturale](#)[0102 - Respiro Diaframmatico Di Base](#)[0103 - Il Libro Rivelatore](#)[0104 - Respiro A Carponi](#)[Esercizio 5](#)