



Esercizi Taoisti

Seconda serie

1. Mani incrociate che si aprono e si chiudono
2. Le onde del mare si increspano
3. Aprire le ali a sinistra e a destra
4. Il rinoceronte guarda la luna
5. La tartaruga sacra guazza
6. Testa di drago coda di Fenice
7. Il re del cielo si sostiene la schiena
8. Il celeste re Li solleva una pagoda
9. L'aquila volando gira la testa
10. Farfalle volano in coppia
11. Il rinoceronte beve l'acqua
12. Il mulino ad acqua gira.