

LABYRINTE



ARRIVÉE



#1



MOTS CACHÉS

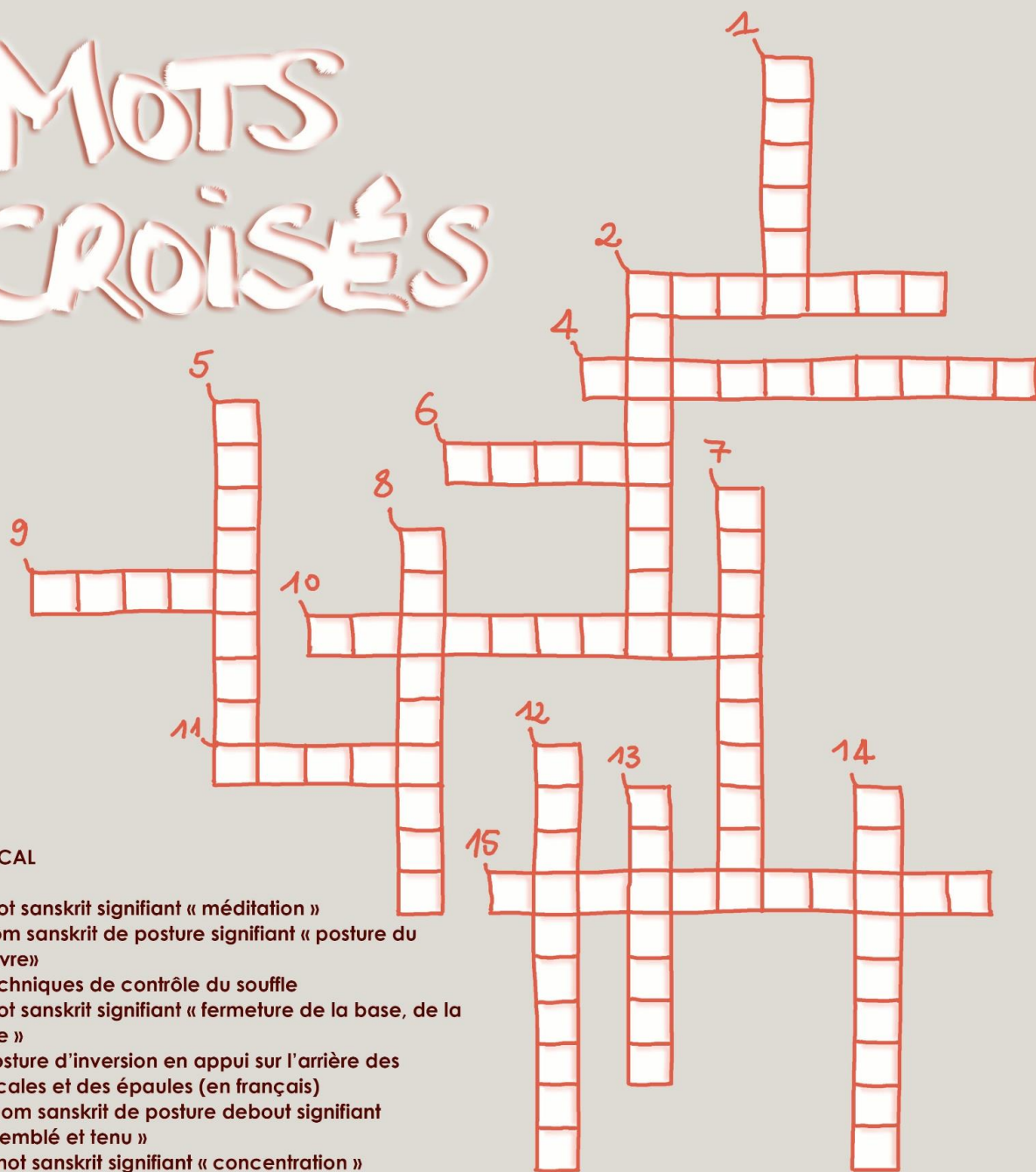


#2

ARBRE	ASANA
BHASTRIKA	CHANDELLE
COBRA	DHARANA
DHYANA	KAPALABHATI
MULABANDHA	PRANAYAMA
PRATYAHARA	SAMADHI
SAMASTHITI	SAUTERELLE
SHAVASANA	UDDIYANABANDHA



MOTS CROISÉS



VERTICAL

- 1 - mot sanskrit signifiant « méditation »
- 2 - nom sanskrit de posture signifiant « posture du cadavre »
- 5 - techniques de contrôle du souffle
- 7 - mot sanskrit signifiant « fermeture de la base, de la racine »
- 8 - posture d'inversion en appui sur l'arrière des cervicales et des épaules (en français)
- 12 - nom sanskrit de posture debout signifiant « rassemblé et tenu »
- 13 - mot sanskrit signifiant « concentration »
- 14 - technique respiratoire de nettoyage « en soufflet »

HORIZONTAL

- 2 - mot sanskrit signifiant « absorption complète dans la méditation » le graal des yogis...
- 4 - posture en appui sur le ventre à nom d'animal où les membres sont décollés du sol (en français)
- 6 - posture sur le ventre d'auto-grandissement à nom d'animal (en français)
- 9 - le mot sanskrit pour « posture »
- 10 - mot sanskrit signifiant « retrait des sens »
- 11 - posture d'équilibre debout pour à la fois s'enraciner et s'élever (en français)
- 15 - technique respiratoire de nettoyage faisant « briller le crâne » (en sanskrit)

#3

