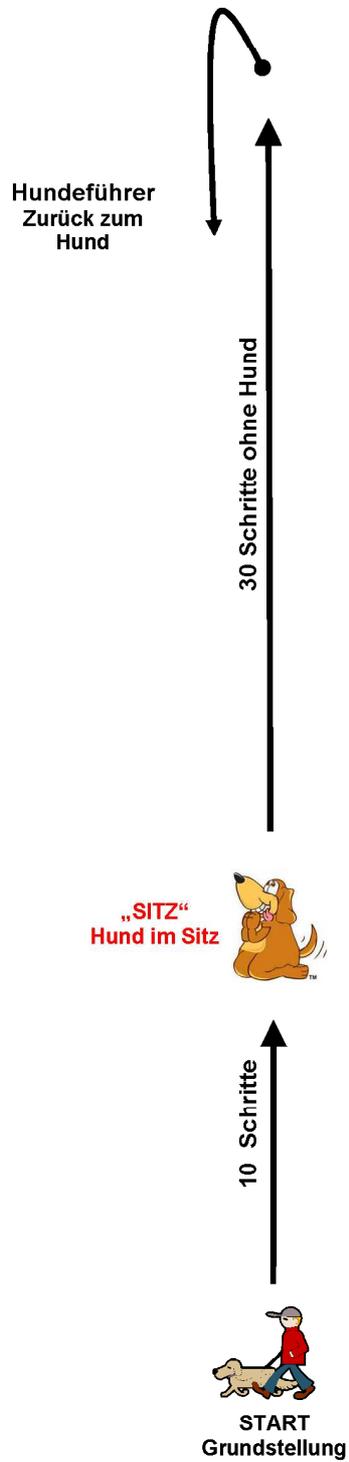


3.0 Haltungswechsel aus der Bewegung

3.1 Sitzübung



3.2 Platzübung

