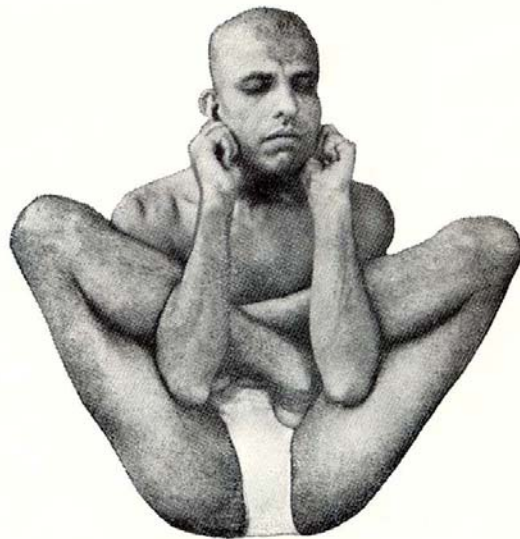
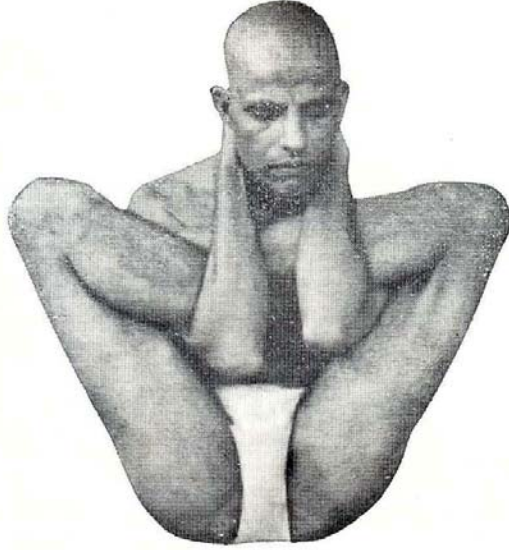


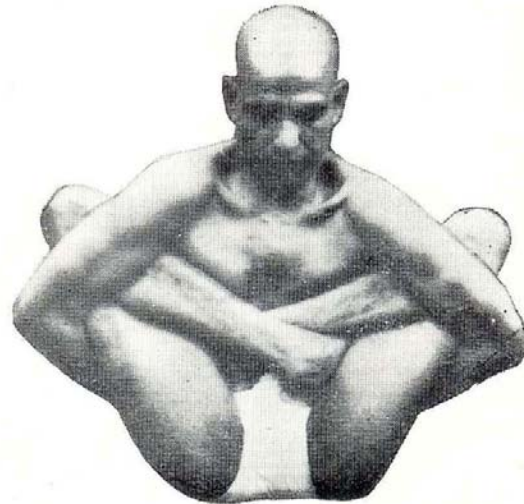
११. कुकुटसन
११. कुक्कुटासन
11. Kukkutasan



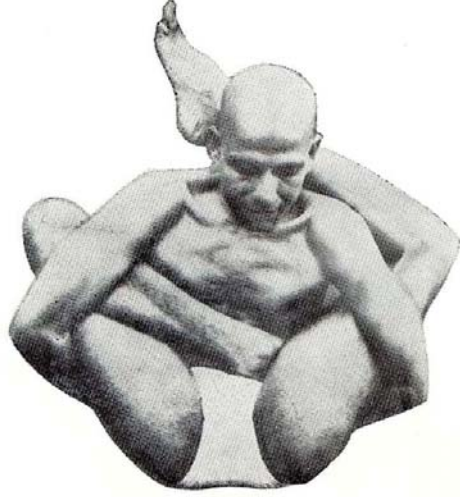
१२. गर्भासन
१२. गर्मासन
12. Garbhasana



१३. उत्तानकूर्मासन
१३. उत्तानकूर्मासन
13. Uttankurmasana



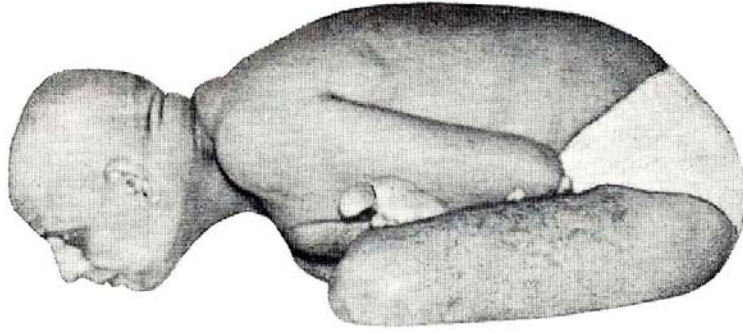
१४. बद्धहस्तपद्मासन
१४. बद्धहस्तपद्मासन
14. Baddhahastapadmasana



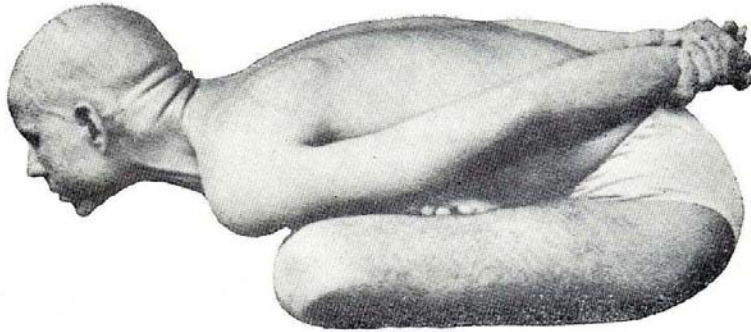
१५. बद्धहस्तपद्मशिरसन
१५. बद्धहस्तपद्मशिरसन
15. Baddhahastapadmashirasana



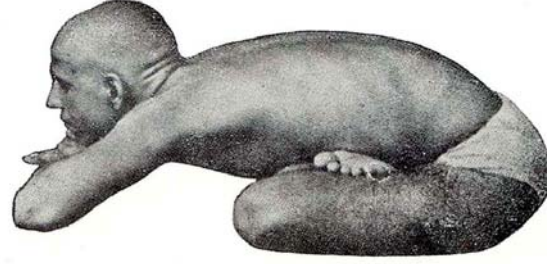
१६. उत्तमंगासन
१६. उत्तमंगासन
16. Uttamangasana



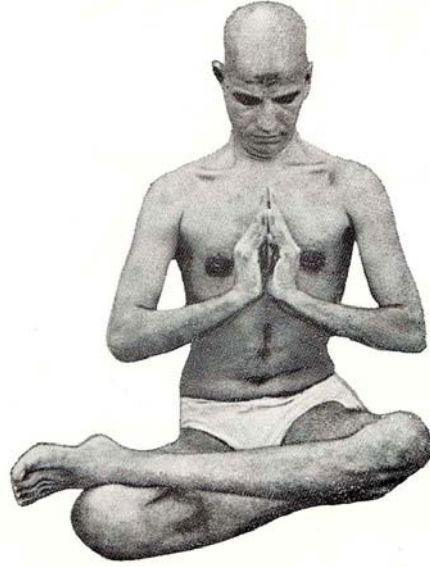
१७. भूतमनपद्मासन-१
१७. भूतमनपद्मासन-१.
17. Bhunamanapadmasana-1



१८. भूतमनपद्मासन-२
१८. भूतमनपद्मासन-२
18. Bhunamanapadmasana-2

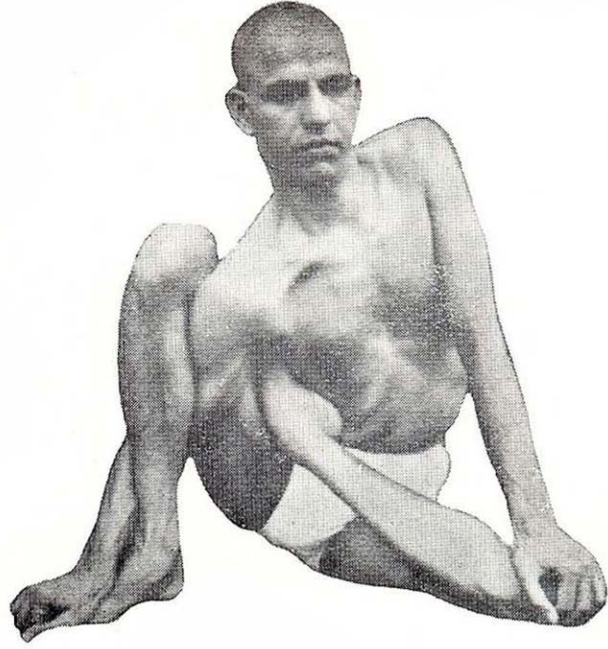


१८. क्षुनमनपद्मसन-३
१९. भूतमनपद्मसन
19. Bhunamanapadmasana

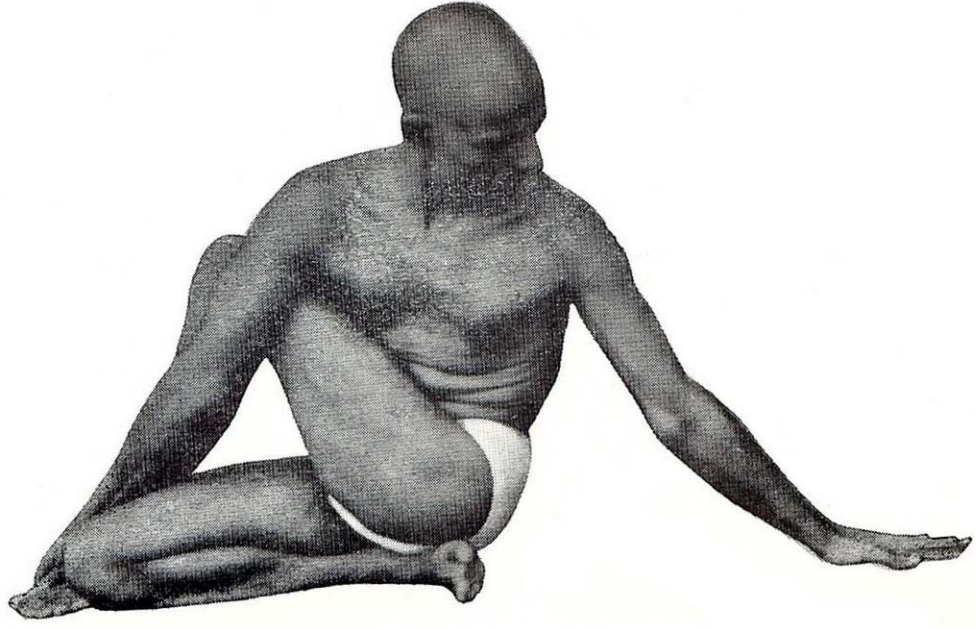


२०. प्रौढसन
२०. प्रौढसन
20. Praudhasana

૨૧. દક્ષિણપાદપ્રાણાસન
૨૧. दक्षिणपादप्राणासन
21. Dakshinapada-
pranasana



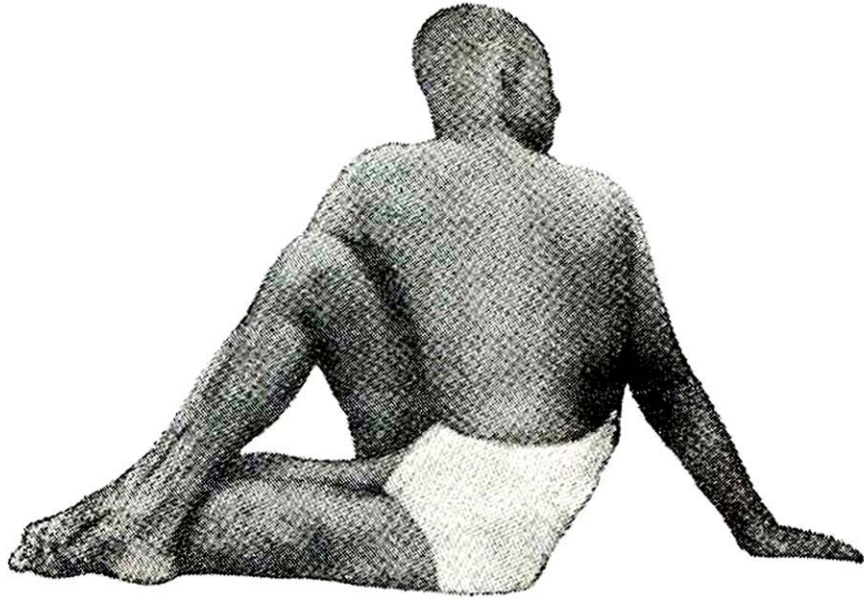
૨૨. વામપાદપ્રાણાસન
૨૨. वामपादप्राणासन
22. Vamapada-pranasana



२३. मत्स्येन्द्रासन-१

२३. मत्स्येन्द्रासन-१

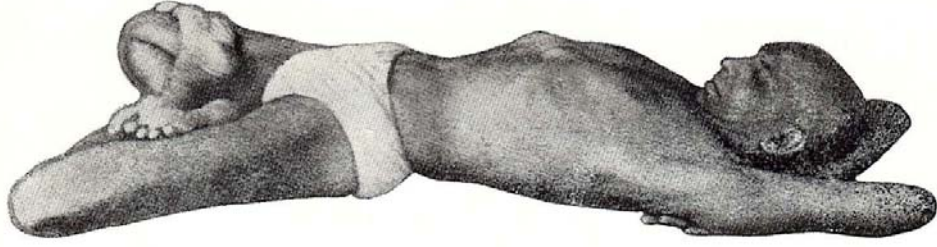
23. Matsyendrasana-1



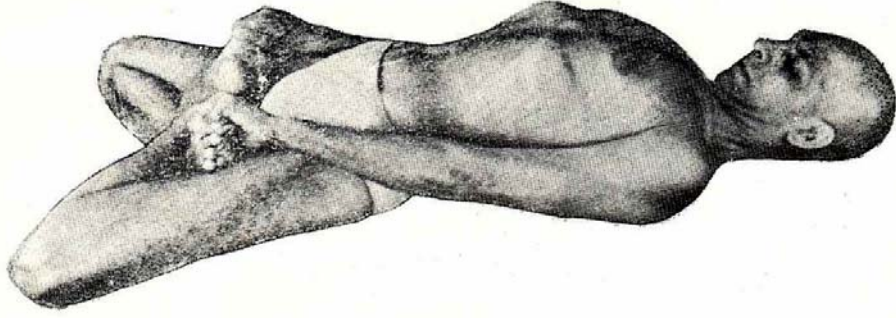
२४. मत्स्येन्द्रासन-२

२४. मत्स्येन्द्रासन-२

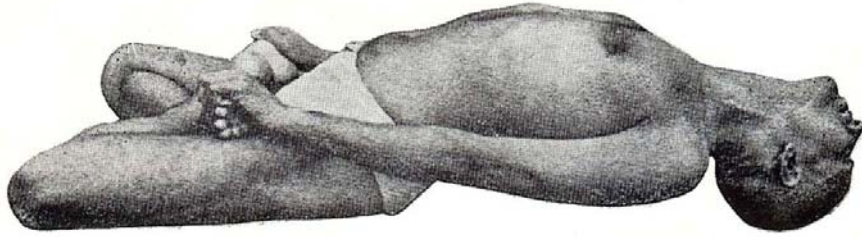
24. Matsyendrasana-2



२५. मत्स्यासन-१
२५. मत्स्यासन-१
25. Matsyasana-1



२६. मत्स्यासन-२
२६. मत्स्यासन-२
26. Matsyasana-2



२७. मत्स्यासन-३
२७. मत्स्यासन-३
27. Matsyasana-3