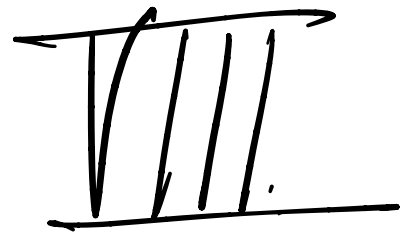
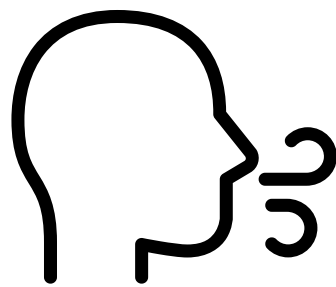


## VARIANTA



## TÉMA - DECH/OBLAST TRUPU



- Dech "4-5-1" / 2,5-5 min.
    - snaha o navození dech. stereotypu
  - Dech "4-6" / 2,5-5 min.
    - redukce dýchací-proudu vzduchu
- = výsledná sestava 15 - xx. min.
- => implementace do sportu / pohybů  
(chůze)