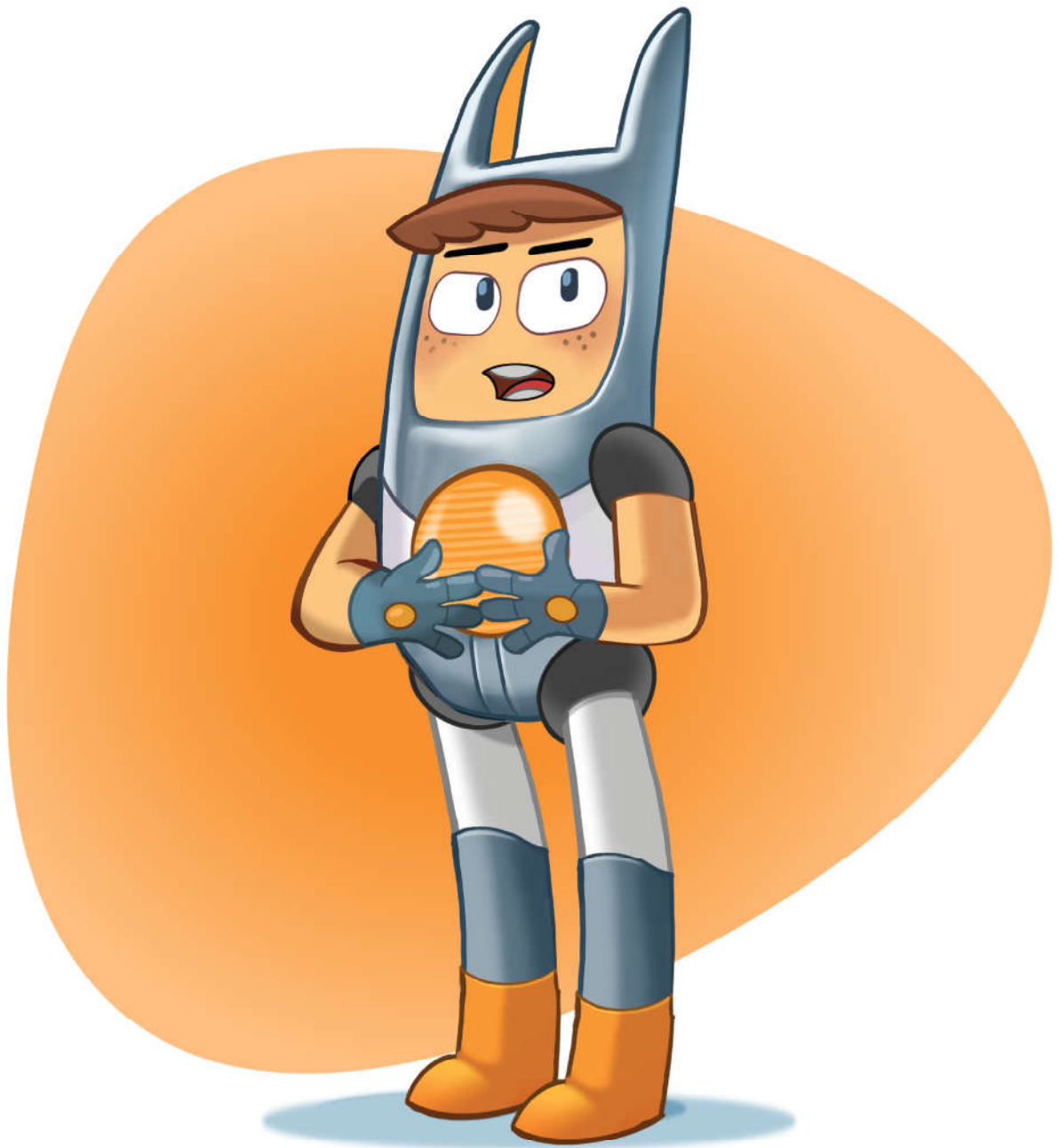


Respiration



Inspirer doucement puis souffler tout l'air
en trois coups
5 fois