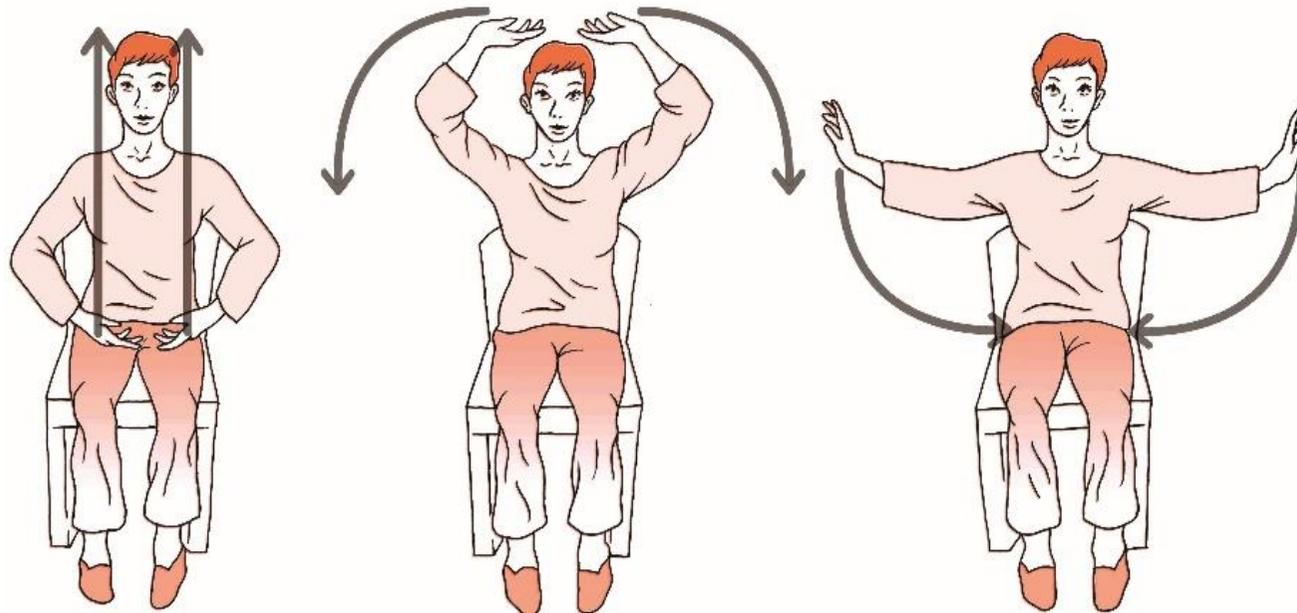


RESPIRACIÓN TONIFICANTE



La fase de inspiración es más larga e intensa que la fase de espiración, la mente se focaliza y toma plena conciencia en la inspiración.

Efecto: energizante y expansivo.