

Valle di Rian Cornei (Gonika)

#	Nome	Grado	Proposto	Ripetizioni	Note	Bellezza
1	Tadasana	6b	N.D.	0		
2	Adho mukha vrksasana	6c+	N.D.	0		
3	Siddhasana	6a+	N.D.	0		
4	Salamba sirsasana	6c	N.D.	0		
5	Adho mukha virasana	6c	N.D.	0		