

## Uttanashishosana



*uttana shishosana*

## Pratique

[+]

### Voir aussi

- [Anantasana](#)

De retour vers les pratiques de Vinyoga

Fabriqué avec l'aide d'[Alain Gendron](#) et [Etienne Gagnon](#) via le [défi d'Expo Yoga](#)

Merci