

Yi Jin Jing Muskeln und Sehnen Qi Gong

1. Weituo präsentiert Stab 1



2. Weituo präsentiert Stab 2



3. Weituo präsentiert Stab 3



4. Einen Stern pflücken und austauschen



5. Neun Kühen an den Schwänzen ziehen



6. Krallen zeigen- Flügel spreizen



7. Neun Schwerter ziehen



8. Drei Teller fallen zu Boden



9. Der schwarze Drache zeigt seine Krallen



10. Der Tiger springt auf seine Beute



11. Zum Gruße verbeugen



12. Der Hund wedelt mit dem Schwanz

