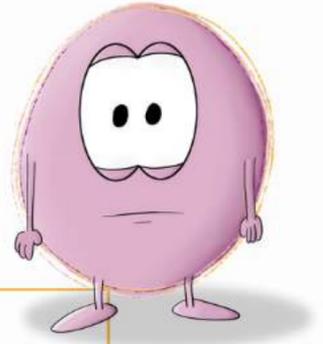


HALTÜBUNG



H

Halt an mit dem was du tust.

A

Atme ein paar Mal ganz tief.

L

Lächle bewusst.



T

Tu weiter, was gerade dran ist.

