

en User Guide

Welcome to your weekly dose of yoga, helping you go from novice to enthusiast in 52 weeks. Each card is numbered in order of difficulty. Begin with card number 1 and work your way through to 52. Turn over your first card to begin your journey.

fr Guide d'utilisation

Bienvenue dans votre dose hebdomadaire de yoga, vous aidant à passer de novice à passionné en 52 semaines. Chaque carte est numérotée par ordre de difficulté. Commencez par la carte numéro 1 et progressez jusqu'à la carte 52. Retournez votre première carte pour commencer votre voyage.

de Benutzerhandbuch

Willkommen bei Ihrer wöchentlichen Dosis Yoga, das Ihnen hilft, in 52 Wochen vom Anfänger zum Enthusiasten zu werden. Jede Karte ist in der Reihenfolge ihres Schwierigkeitsgrades nummeriert. Beginnen Sie mit Karte Nr. 1 und arbeiten Sie sich bis Nr. 52 vor. Drehen Sie Ihre erste Karte um, um Ihre Reise zu beginnen.

es guía del usuario

Bienvenido a tu dosis semanal del yoga, ayudándote a pasar de principiante a entusiasta en 52 semanas. Cada tarjeta está numerada en orden de dificultad. Comience con la tarjeta número 1 y avance hasta la 52. Dé la vuelta a su primera tarjeta para comenzar su viaje.