

Name: _____

Date: _____

Yoga & YoGini

E K I C Y U Y Y P X K H E A D S T A N D C T F Z
P N G Q S U I I B E Q R D I C K G Y P U P B E W
W X W M Q F I D A A N W I J H E V U E S Y Q N Q
X Z U U O T R R Y K G J E Y Z K P K B V B J J D
D A I A H J R S Z Q W P X W A J Q E U E Y R P R
J G P D I W W I D B U W J Y I C Q V A L R F D A
T W Q T G N M B K O B G Y A J G B W X C H O G I
A X B E R V B X H O A K V S V D X M Y U E O I X
H W I Q P A N Z J I N W N T O G V N H W Y V Y X
B V B Y L M S R C Q A A Y U G B I A M D W X H G
R H B A J L D I J G S N S V M N H V H J N N J R
H T N X X Z W H P X A L M A T V A K K B A S N I
J C R I N M H H R B V H C W N O J O A B U X Y J
E N T M P L P I W J A K S N Z A J K H R G G Y T
S I K E D P C K U V S T Q B K P I D Y Y E N T K
J O B D K T R A Z E Q A T W F R H A U I I B D Y
M S E I O P I A C G D R U J T B N M L A U O I B
P S G T P G W R N X W F C S G A A E F T K U Q R
F D J A M G U S K A T U A K M G P J R G D J S E
O M M T H J E D Q M Y H G S R R W Z C Y A O Q A
W J R I C J H D Q R B A K H V D L B C C R N T T
Z O T O Z K V M U D R A M G E Q O J O S T P N H
Q Y M N V R U I P D R B F X R M D M G U I J G X
E G U R J X P B C M C O A B D O E A G R I I F M

Surya Namskar

Headstand

Pranayam

Peace

Mudra

Trikonasana

Bhastrika

Balance

Kriya

Yoga

Meditation

Savasana

Breath

Naadi

Aum