

Name: _____

Date: _____

Yoga and Mindfulness

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

downwarddog

mountain

airplane

pretzel

dolphin

warrior

bridge

dancer

cobra

eagle

plank

child

hero

tree

crow