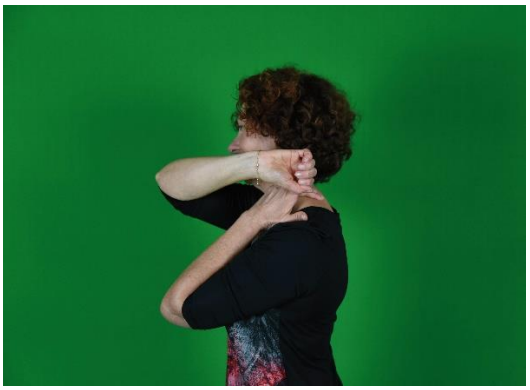
HARMONISATION DU FLUX POUMON

Du même côté, posez une main sous la clavicule et l'autre main sous le grill costal. Puis inversez le côté.

HARMONISATION DU FLUX GROS INTESTIN

Posez la main gauche sur le trapèze droit et tenez l'index gauche avec la main droite. Puis inversez le côté.