NR	HARJUTUS	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.	21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.	31.
1.	Aerutamine																															
2.	Alligaator																															
3.	Breik																															
4.	Edelweiss																															
5.	Egiptus																															
6.	Elevant																															
7.	Espander																															
8.	Hula																															
9.	Hõõrumine																															
10.	Hüljes																															
11.	Inimene																															
12.	Jonnipunn																															
13.	Keegel																															
14.	Kiiktool																															
15.	Kloun																															
16.	Koer																															
17.	Kolmnurk																															
18.	Konn																															
19.	Kopsuharjutus																															
20.	Kotkas																															
21.	Kraana																															
22.	Kukesamm																															
23.	Kummardus																															
24.	Kuningas																															
25.	Kurg																															
26.	Käärid																															
27.	Küünal																															
28.	Liblikas																															
29.	Lint																															
30.	Lipp																															
31.	Lootos																															
32.	Lumepallid																															
33.	Lõpmatus																															
34.	Lõvi																															
35.	Maakuulaja																															
36.	Maksaharjutus																															
37.	Merineitsi																															
38.	Meritäht																															
39.	Mimoos																															
40.	Muna																															
41.	Naeratus																															
42.	Neeruharjutus																															
43.	Nööp																															
44.	Ookean																															
45.	Palve																															
46.	Patsutamine																															
47.	Pendel-indiaanlane																															
48.	Pitsat																															
49.	Plaksutamine																															
50.	Pump																															
51.	Puruvana																															
52.	Putukas																															
53.	Päike																															
54.	Pärg																															
55.	Põiakoputus																															
56.	Raputamine																															
57.	Rist																															
58.	Rätik																															
59.	Saba																															
60.	Seedetrakti harjutus																															
61.	Siksak																															
62.	Sild																															
63.	Silmad-kõrvad																															
64.	Silumine																															
65.	Sipelgas																															
66.	Sirkel																															
67.	Sisalik																															
68.	Slaalom																															
69.	Supermees																															
70.	Surumine																															
71.	Tallaplaksud																															
72.	Taoroobika																															
73.	Teeline																															
74.	Tigu																															
75.	Tik-tak																															
76.	Tünn																															
77.	Venitamine																															
78.	Veski																															
79.	Vetikas																															
80.	Vibu																															
81.	Vint																															
82.	Vortex																															
83.	Ämblik																															
84.	Avatud hingamine																															
85.	Beebihingamine																															
86.	Diafragmahingamine																															
87.	Horisontaalhingamine																															
88.	Keelehingamine																															
89.	Kolmikhingamine																															
90.	Mantrahingamine																															
91.	Nahahingamine																															
92.	Niidihingamine																															
93.	Pausiga hingamine																															
94.	Poolushingamine																															
95.	Punkthingamine																															
96.	Sirutushingamine																															
97.	Sõõrmehingamine																															
98.	Topelthingamine																															
99.	Vaalahingamine																															
100.	Õhupallihingamine																															