

12 Bronkit/Astma Första slag på nacke och rygg i 20 min, sedan på fram- och baksidan av lungområdet i 20 min, slutligen blås på hals och näsa i 20 min

12.

Bronchitis/Asthma: First blow on the neck and back for 20 minutes, then on the front and back of lungs area for 20 minutes, finally blow on the throat and nose for 20 minutes.

