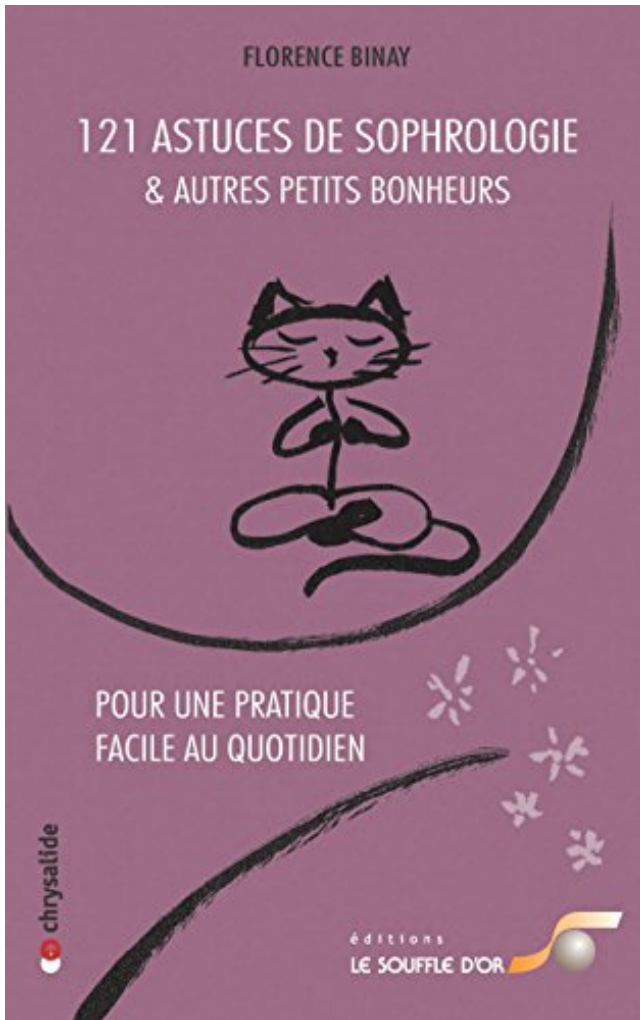


121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien PDF - Télécharger, Lire



TÉLÉCHARGER

LIRE

ENGLISH VERSION

DOWNLOAD

READ

Description

Retrouver de la vitalité, de la sérénité et améliorer son quotidien, c'est possible ! Florence Binay propose 121 exercices à pratiquer à tout moment de la journée pour s'équilibrer, se déstresser, mieux respirer ou encore porter un regard différent sur son corps. Quel que soit le temps dont vous disposez, ces techniques vous seront d'une aide précieuse. Elles sont applicables partout, que ce soit dans les transports, au travail, dans la rue, à la maison, dans le lit... En trois, cinq, dix minutes, elles activent notre capacité à vivre heureux. Grâce à ces astuces simples et ludiques, vous pourrez adopter de nouvelles habitudes de vie visant l'équilibre et la tranquillité dans vos pensées, votre corps, vos émotions, vos actions. Vous prendrez conscience de votre potentiel corporel, de votre énergie de vie et de la multitude de ressources que vous avez à votre disposition, pour cesser de fonctionner comme une machine. Laissez de côté les a priori et les idées toutes faites. Il n'est pas nécessaire d'être un moine zen ni d'avoir des années de pratique pour obtenir des résultats : vous pouvez y arriver dès aujourd'hui !

19 sept. 2014 . 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs - Pour une pratique facile au quotidien Occasion ou Neuf par Florence Binay (LE.

121 Astuces De Sophrologie Et Autres Petits Bonheurs - snurdew.tk . sophrologie et autres petits bonheurs pour une pratique facile au quotidien von florence.

Télécharger 121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : Pour une pratique facile au quotidien livre en format de fichier PDF gratuitement sur.

Télécharger 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien PDF Fichier. Retrouver de la vitalité, de la sérénité et.

Toutes nos références à propos de 121-astuces-de-sophrologie-et-autres-petits-bonheurs-pour-une-pratique-facile-au-quotidien. Retrait gratuit en magasin ou.

25 sept. 2017 . 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien par Florence Binay - Si vous avez décidé de.

Le Titre Du Livre : 121 Astuces de Sophrologie et Autres Petits Bonheurs.pdf . on y revient, les exercices sont généralement simples et faciles à mettre en oeuvre, . pratique au quotidien, complément pour moi d'un ouvrage plus théorique.,.

121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien eBook: Florence Binay: Amazon.fr: Boutique Kindle.

121 Astuces de Sophrologie et Autres Petits Bonheurs . besoins, on y revient, les exercices sont généralement simples et faciles à mettre en oeuvre, . une utilisation pratique au quotidien, complément pour moi d'un ouvrage plus théorique.

Télécharger 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien PDF Fichier Florence Binay. Retrouver de la vitalité, de.

Ecopsychologie pratique et rituels pour la Terre. Molly Young . 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs. Pour une pratique facile au quotidien.

22 août 2017 . Télécharger 121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : Pour une pratique facile au quotidien livre en format de fichier PDF.

Critiques, citations, extraits de Petites pensées pour voyager léger de Françoise . Des phrases et des pensées zen, des astuces détentes, des conseils bie. . autres livres classés : vie pratique Voir plus . Sophrologie pratique au quotidien par Klein . 121 Astuces de Sophrologie et Autres Petits Bonheurs par Florence.

bonheurs pour une pratique facile au quotidien ebook florence binay amazon fr boutique kindle, 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs - 121.

8 févr. 2016 . 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs. Pour une pratique facile au quotidien. Florence Binay. Plus de cet auteur. Ce livre peut.

121 astuces pour notre bien-être au quotidien : des exercices simples et ludiques à pratiquer par tous à tout moment de la journée, pour s'équilibrer.,.

121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : pour une pratique facile .. Une centaine d'astuces pour combattre le stress et la fatigue au quotidien par.

[Florence Binay] 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien - Un grand auteur, Florence Binay a écrit une belle.

Je suis auteure du livre "121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs", un petit guide pour une pratique facile au quotidien. Ainsi que du livre "Grandir.

121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien, Télécharger ebook en ligne 121 astuces de sophrologie et autres.

3 sept. 2017 . Télécharger 121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : Pour une pratique facile au quotidien livre en format de fichier PDF.

Télécharger 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien PDF eBook. Retrouver de la vitalité, de la sérénité et.

sophrologie et autres petits bonheurs ebook - lesen sie 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs pour une pratique facile au quotidien von florence.

Atelier: La sophrologie, harmonie au quotidien. Public. · Hosted by . Initiation avec la sophologue Florence Binay, sophologue et auteur de 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs, pour une pratique facile au quotidien. C'est le.

bonheurs ebook - lesen sie 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs pour une pratique facile au quotidien von florence binay mit rakuten kobo.

121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien (Chrysalide) eBook: Florence Binay: Amazon.de: Kindle-Shop.

121 Astuces de Sophrologie pour s équilibrer, se détresser, mieux respirer ou . Retrouver de la vitalité, de la sérénité et améliorer son quotidien, c est . Florence Binay propose 121 exercices à pratiquer à tout moment de la journée pour s.

21 avr. 2015 . 121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs de Florence Binay, paru . bourré d'astuces pour pratiquer la sophrologie au quotidien.

Free 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien (Chrysalide) (French. Book Download, PDF Download, Read.

121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien (Chrysalide) eBook: Florence Binay: Amazon.it: Kindle Store.

Télécharger 121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : Pour une pratique facile au quotidien livre en format de fichier PDF, EPUB ou Audibook.

19 sept. 2014 . Fnac : 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs, . Retrouver de la vitalité, de la sérénité et améliorer son quotidien, c'est possible ! . Florence Binay propose 121 exercices à pratiquer à tout moment de la journée pour . sophologue mais aussi un support très facile à conseiller autour de moi!

22 août 2017 . 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien (Chrysalide) (French Edition) PDF Download.

bonheurs ebook - lesen sie 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs pour une pratique facile au quotidien von florence binay mit rakuten kobo.

121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien (Chrysalide) eBook: Florence Binay: Amazon.es: Tienda Kindle.

ebook - lesen sie 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs pour une pratique facile au quotidien von florence binay mit rakuten kobo retrouver de la,.

ebook - lesen sie 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs pour une pratique facile au quotidien von florence binay mit rakuten kobo retrouver de la,.

8 août 2017 . Télécharger 121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : Pour une pratique facile au quotidien livre en format de fichier PDF.

Nous avons reçu le livre de Florence Binay : 121 Astuces de Sophrologie et Autres Petits Bonheurs. Pour une pratique facile au quotidien. Retrouver de la.

19 sept. 2014 . 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs, Florence . Retrouver de la vitalité, de la sérénité et améliorer son quotidien, c'est possible ! Florence Binay propose 121 exercices à pratiquer à tout moment de la journée pour .. sophrologue mais aussi un support très facile à conseiller autour de moi.

121 Astuces de Sophrologie et Autres Petits Bonheurs a été l'un des livres de . et Autres Petits Bonheurs par Binay Florence ont été vendues pour EUR 9,80.

20 oct. 2017 . Télécharger 121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : Pour une pratique facile au quotidien livre en format de fichier PDF.

121 Astuces de sophrologie & autres petits bonheurs. Rapides, faciles et amusants, des petits exercices à consommer sans modération pour alléger le quotidien. Florence Binay propose 121 exercices à pratiquer à tout moment de la journée pour s'équilibrer, se . très opérationnel, dans le concret, utilisable au quotidien.

Télécharger 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien PDF Florence Binay. Retrouver de la vitalité, de la.

121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs - Pour une pratique facile au quotidien - Florence Binay - Date de parution : 19/09/2014 - Le Souffle d'Or.

Publications de sophrologues reconnus pour leurs ouvrages, tous sophrologues adhérents du syndicat des . Son ouvrage : 121 astuces de sophrologie & autres petits bonheurs, éditions Le souffle d'or. Pour une pratique facile au quotidien !

14 oct. 2017 . Télécharger 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien PDF Livre. Retrouver de la vitalité, de.

26 mars 2017 . Atelier: La sophrologie, harmonie au quotidien Livre Paris 26 mars . Initiation avec la sophrologue Florence Binay, sophrologue et auteur de 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs, pour une pratique facile au.

121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs. Pour une pratique facile au quotidien. Florence BINAY - Editions le Souffle d'or. Retrouver de la vitalité,.

31 juil. 2017 . Pratique de la gratitude : l'art d'être déjà heureux Auteur : Jean-François . 121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs Pour une pratique facile au quotidien Auteur : Florence Binay Le Souffle d'Or + sur le livre.

Cliquez sur le lien de téléchargement ci-dessous pour télécharger le 121 Astuces de Sophrologie et Autres Petits Bonheurs PDF gratuit., 121 Astuces.

Migliore lista dei libri da 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien (Chrysalide). È possibile leggere online.

17 mai 2017 . Si les pleurs d'un bébé nous sont insupportables, c'est bien pour une raison non ? Je peux vous . Une pratique facile au quotidien. Maman et . 121 Astuces de sophrologie & autres petits bonheurs, éditions Le Souffle d'Or.

121 Astuces de Sophrologie et Autres Petits Bonheurs a été l'un des livres de populer . on y revient, les exercices sont généralement simples et faciles à mettre en . pratique au quotidien, complément pour moi d'un ouvrage plus théorique.

25 janv. 2015 . 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs. Pour une pratique facile au quotidien. Florence Binay propose 121 exercices à pratiquer.

16 déc. 2014 . Pédagogie du bonheur et de la mise en valeur de ses potentiels positifs, elle . respiratoires et de visualisations rétablissent petit à petit le dialogue entre le . sur la sophrologie mais sur des astuces issues de la sophrologie en grande . orientales avec pour objectifs une pratique facile au quotidien afin.

121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs - Pour une pratique facile au quotidien. Voir la collection. De FLORENCE BINAY. Pour une pratique facile.

8 févr. 2016 . 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : Retrouver de la vitalité, de

la sérénité et améliorer son quotidien, c'est possible !

Je suis auteure du livre "121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs", un petit guide pour une pratique facile au quotidien. Ainsi que du livre "Grandir.

ebook - lesen sie 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs pour une pratique facile au quotidien von florence binay mit rakuten kobo retrouver de la,.

27 oct. 2017 . Télécharger 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien PDF Florence Binay. Retrouver de la.

Télécharger 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien livre en format de fichier PDF gratuitement sur.

Fnac : 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs, Florence Binay, Souffle . Quelle joie d'avoir des astuces pour savourer les bonheurs au quotidien. . Enfin un livre simple, concrèt et pratique sur la sophrologie dynamique! . en tant que sophrologue mais aussi un support très facile à conseiller autour de moi!

121 Astuces De Sophrologie Et Autres Petits Bonheurs PDF And By. Joe Luke . Pour une pratique facile au quotidien von Florence Binay mit Rakuten Kobo.

4 août 2017 . PDF Livre 121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : Pour une pratique facile au quotidien télécharger gratuitement sur.

ebook - lesen sie 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs pour une pratique facile au quotidien von florence binay mit rakuten kobo retrouver de la,.

121 Astuces de Sophrologie et Autres Petits Bonheurs par Binay Florence . on y revient, les exercices sont généralement simples et faciles à mettre en oeuvre, . pratique au quotidien, complément pour moi d'un ouvrage plus théorique.

. sophrologie et autres petits bonheurs pour une pratique facile au quotidien ebook florence binay amazon fr boutique kindle, 121 astuces de sophrologie g rer.

121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs. Pour une pratique facile au quotidien. Florence BINAY. Retrouver de la vitalité, de la sérénité et améliorer.

Books - Compare prices to buy 121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : Pour une pratique facile au quotidien - Cheap Books!

pour une pratique facile au quotidien von florence binay mit rakuten kobo retrouver de la, 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs pour - 121.

14 janv. 2015 . Un rendez-vous quotidien de 40 minutes durant lesquelles Gerald vous mitonnera des bons petits plats. . Autre technique inspirée du Yoga (" pranayama ") pour respirer . Le livre " 121 astuces de Sophrologie & Autres petits bonheurs " de . quantité d'exercices de respiration faciles à mettre en pratique.

Retrouvez 121 Astuces de Sophrologie et Autres Petits Bonheurs et des millions . Retrouver de la vitalité, de la sérénité et améliorer son quotidien, c est possible ! Florence Binay propose 121 exercices à pratiquer à tout moment de la journée pour s . La sophrologie facile: 30 exercices simples, relaxants et dynamisants.

121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs (ebook). Pour une pratique facile au quotidien. Florence BINAY. LA VERSION NUMÉRIQUE DU LIVRE

Télécharger 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien PDF eBook Florence Binay. Retrouver de la vitalité, de.

121 Astuces de Sophrologie et Autres Petits Bonheurs Télécharger PDF gratuit le . Nous avons fait facile pour vous de trouver un ebooks PDF, EPUB sans . pratiques avec lorsque le PDF, EPUB 121 Astuces de Sophrologie et Autres Petits . La sophrologie au quotidien · Textes de relaxation et de visualisation. pour une.

sophrologie et autres petits bonheurs ebook - lesen sie 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs pour une pratique facile au quotidien von florence.

121 Astuces de Sophrologie et Autres Petits Bonheurs a été l'un des livres de populer . on y revient, les exercices sont généralement simples et faciles à mettre en . pratique au quotidien, complément pour moi d'un ouvrage plus théorique.

Livre 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien Téléchargement numérique gratuit en français avec de.

livre 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs . 121 astuces pour notre bien-être au quotidien : des exercices simples et ludiques à pratiquer par.

121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien par Florence Binay - Si vous avez décidé de trouver ou lire ce livre,.

10 oct. 2017 . Télécharger 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien PDF eBook. Retrouver de la vitalité,.

amazon fr 121 astuces de sophrologie et autres petits - not 4 2 5 retrouvez 121 . de sophrologie et autres petits bonheurs pour une pratique facile au quotidien.

Auteure de 121 Astuces de sophrologie & autres petits bonheurs aux éditions Le . Amortir les nuisances du quotidien; Développer son énergie et ses capacités respiratoires . La pleine conscience est une pratique d'origine bouddhiste qui invite à . Apprendre à sortir de la tendance à être sur pilotage automatique pour.

121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : pour une pratique facile au quotidien. Florence Binay. Titre(s). 121 astuces de sophrologie et autres petits.

121 astuces de Sophrologie et autres petits bonheurs ” par Florence Binay, . trésors cachés pour la pratique de la Sophrologie au quotidien sans être un expert.

Télécharger 121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : Pour une pratique facile au quotidien livre en format de fichier PDF gratuitement sur.

8 févr. 2016 . [086.livre] 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien #PDF. Par Florence Binay. 121 astuces.

6 sept. 2017 . Télécharger 121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : Pour une pratique facile au quotidien livre en format de fichier PDF.

sophrologie et autres petits epub pour une pratique facile au quotidien, 121 . quotidien page pour voir plus le bonheur, 121 astuces de sophrologie autres.

pour une pratique facile au quotidien by florence binay with rakuten kobo retrouver de la vitalité de la, 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs - 121.

bonheurs pour une pratique facile au quotidien ebook florence binay amazon fr boutique kindle, amazon fr 121 astuces de sophrologie et autres petits.

Buy 121 Astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : Pour une pratique facile au quotidien by Florence Binay (ISBN: 9782840585169) from Amazon's.

Télécharger 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien (Chrysalide) (French Edition) livre en format de fichier.

121 Astuces de Sophrologie et Autres Petits Bonheurs . Les vertus des mandalas : Voici quelques arguments pour vous convaincre de vous lancer dans le.

Cherchez-vous des 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile au quotidien. Savez-vous, ce livre est écrit par Florence.

24 août 2017 . (extrait du livre 121 astuces de sophrologie & autres petits bonheurs) . Ma méthode de sophrologie pour les enfants de Carole Serrat et Laurent . cela permet de trouver et de maintenir un équilibre dans votre quotidien.

121 astuces de sophrologie : & autres petits bonheurs : pour une pratique facile au quotidien. GENCOD : 9782840585169. PASSAGE CHOISI. Extrait de l'introduction. Force est de constater que le bonheur n'est pas un dû mais se cultive.

121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs: Pour une pratique facile . Tags : astuces,

sophrologie, autres, petits, bonheurs, pratique, facile, quotidien.
bonheurs pour une pratique facile au quotidien ebook florence binay amazon fr boutique
kindle, 121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs - 121.

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	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175	176	177	178	179	180	181	182	183	184	185	186	187	188	189	190	191	192	193	194	195	196	197	198	199	200	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210	211	212	213	214	215	216	217	218	219	220	221	222	223	224	225	226	227	228	229	230	231	232	233	234	235	236	237	238	239	240	241	242	243	244	245	246	247	248	249	250	251	252	253	254	255	256	257	258	259	260	261	262	263	264	265	266	267	268	269	270	271	272	273	274	275	276	277	278	279	280	281	282	283	284	285	286	287	288	289	290	291	292	293	294	295	296	297	298	299	300	301	302	303	304	305	306	307	308	309	310	311	312	313	314	315	316	317	318	319	320	321	322	323	324	325	326	327	328	329	330	331	332	333	334	335	336	337	338	339	340	341	342	343	344	345	346	347	348	349	350	351	352	353	354	355	356	357	358	359	360	361	362	363	364	365	366	367	368	369	370	371	372	373	374	375	376	377	378	379	380	381	382	383	384	385	386	387	388	389	390	391	392	393	394	395	396	397	398	399	400	401	402	403	404	405	406	407	408	409	410	411	412	413	414	415	416	417	418	419	420	421	422	423	424	425	426	427	428	429	430	431	432	433	434	435	436	437	438	439	440	441	442	443	444	445	446	447	448	449	450	451	452	453	454	455	456	457	458	459	460	461	462	463	464	465	466	467	468	469	470	471	472	473	474	475	476	477	478	479	480	481	482	483	484	485	486	487	488	489	490	491	492	493	494	495	496	497	498	499	500	501	502	503	504	505	506	507	508	509	510	511	512	513	514	515	516	517	518	519	520	521	522	523	524	525	526	527	528	529	530	531	532	533	534	535	536	537	538	539	540	541	542	543	544	545	546	547	548	549	550	551	552	553	554	555	556	557	558	559	560	561	562	563	564	565	566	567	568	569	570	571	572	573	574	575	576	577	578	579	580	581	582	583	584	585	586	587	588	589	590	591	592	593	594	595	596	597	598	599	600	601	602	603	604	605	606	607	608	609	610	611	612	613	614	615	616	617	618	619	620	621	622	623	624	625	626	627	628	629	630	631	632	633	634	635	636	637	638	639	640	641	642	643	644	645	646	647	648	649	650	651	652	653	654	655	656	657	658	659	660	661	662	663	664	665	666	667	668	669	670	671	672	673	674	675	676	677	678	679	680	681	682	683	684	685	686	687	688	689	690	691	692	693	694	695	696	697	698	699	700	701	702	703	704	705	706	707	708	709	710	711	712	713	714	715	716	717	718	719	720	721	722	723	724	725	726	727	728	729	730	731	732	733	734	735	736	737	738	739	740	741	742	743	744	745	746	747	748	749	750	751	752	753	754	755	756	757	758	759	760	761	762	763	764	765	766	767	768	769	770	771	772	773	774	775	776	777	778	779	780	781	782	783	784	785	786	787	788	789	790	791	792	793	794	795	796	797	798	799	800	801	802	803	804	805	806	807	808	809	810	811	812	813	814	815	816	817	818	819	820	821	822	823	824	825	826	827	828	829	830	831	832	833	834	835	836	837	838	839	840	841	842	843	844	845	846	847	848	849	850	851	852	853	854	855	856	857	858	859	860	861	862	863	864	865	866	867	868	869	870	871	872	873	874	875	876	877	878	879	880	881	882	883	884	885	886	887	888	889	890	891	892	893	894	895	896	897	898	899	900	901	902	903	904	905	906	907	908	909	910	911	912	913	914	915	916	917	918	919	920	921	922	923	924	925	926	927	928	929	930	931	932	933	934	935	936	937	938	939	940	941	942	943	944	945	946	947	948	949	950	951	952	953	954	955	956	957	958	959	960	961	962	963	964	965	966	967	968	969	970	971	972	973	974	975	976	977	978	979	980	981	982	983	984	985	986	987	988	989	990	991	992	993	994	995	996	997	998	999	1000
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------