

## DISFRUTA DE UN BAÑO DE BOSQUE



CHOUKAS-BRADLEY / VAN DER VORST

## SINOPSIS

Los japoneses son los inventores del término karoshi, que significa muerte por exceso de trabajo, y también del que designa a su codiciado antídoto: el shinrin-yoku o baño de bosque. Si sientes que el ritmo cotidiano te supera, tu mente se bloquea y se atrofia tu creatividad, puede que sea el momento de reconectar con la naturaleza y darse un baño forestal. Esta bonita guía ilustrada te descubre cómo hacerlo en cada estación del año y en función de tus necesidades. Con sencillos métodos y consejos, aprenderás a disfrutar en calma de la naturaleza con un paseo por el bosque, el parque, la playa o la montaña, liberando de nuevo tu espíritu creativo. ...



Editorial	EDITORIAL GUSTAVO GILI, S.L.
Materia	AUTOAYUDA-NEW AGE
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788425231636
Status	Disponible
Páginas	128
Tamaño	140xx mm.
Peso	379
Precio (Imp. inc.)	16,90€
Fecha de lanzamiento	09/09/2018

## Títulos relacionados



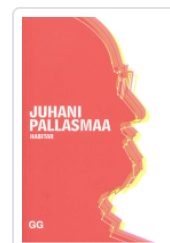
LES PLANS ET  
PROFILS..  
MARTINEZ HIDAL.



BANKINTER, 1972-  
1977  
BESCOS/MONEO



CREACION  
ARTISTICA  
PROMESAS  
REVAULT



HABITAR  
PALLASMAA, JUHANI