

KUNDALINI YOGA PARA EMBARAZADAS



GURMUKH

SINOPSIS

Este libro es un tesoro para aquellas mujeres embarazadas que encontrarán en la práctica del kundalini yoga una gran ayuda para sobrellevar los cambios físicos y emocionales del embarazo. Con un estilo sabio y reconfortante, la autora ofrece ejercicios de meditación, de respiración y asanas de yoga que dan respuesta a las necesidades de las futuras madres. El libro contiene ilustraciones, ejercicios paso a paso y meditaciones que sirven de guía física, mental y espiritual. ...



Editorial	KITSUNE BOOKS (UDL)
Materia	EMBARAZO-PARTO- COMPORTAMIENTO- NUTRICION
Colección	BIENESTAR
EAN	9788416788002
Status	Disponible
Páginas	288
Tamaño	15x23x1 mm.
Peso	430
Precio (Imp. inc.)	17,95€
Fecha de lanzamiento	29/08/2016

Títulos relacionados



ARTE DE COMUNICAR
NHAT HANH, THICH



SIN BARRO NO CRECE EL LOTO
NHAT HANH, THICH



MASAJES PARA NIÑOS Y BEBES
CHOQUE, JACQUES