

Yoga per i bambini. Facili esercizi di respirazione, rilassamento e movimento per una maggiore scioltezza e forza

Esther-Martina Luchs

YOGA per BAMBINI

facili esercizi di respirazione,
rilassamento e movimento
per una maggiore scioltezza e forza



astrolabio

Titolo: **Yoga per i bambini. Facili esercizi di respirazione, rilassamento e movimento per una maggiore scioltezza e forza**

Autore: **Esther M. Luchs**

EAN: **9788834004791** Editore: **Astrolabio Ubaldini**

Anno edizione: **1972**

- [Yoga per i bambini. Facili esercizi di respirazione, rilassamento e movimento per una maggiore scioltezza e forza.pdf](#) [PDF]
- [Yoga per i bambini. Facili esercizi di respirazione, rilassamento e movimento per una maggiore scioltezza e forza.epub](#) [ePUB]

Questo libro si rivolge ai genitori, agli insegnanti, ai medici, a tutti coloro cioè su cui pesa la responsabilità di condurre i bambini a loro affidati a una sana adolescenza.

Lo yoga infatti può essere praticato dagli adulti come dai bambini. Ed è proprio il bambino che ha più bisogno della tranquillità e del rilassamento offerti dallo yoga e che più ne trae beneficio. Le cento fotografie del libro mostrano gli esercizi più importanti; i genitori potranno facilmente eseguirli insieme ai figli, grazie anche alle spiegazioni concise e chiare dell'autrice che da molti anni impartisce con successo lezioni di yoga ai bambini.

Guarda l'elenco dei corsi e iscriviti direttamente online su [www](http://www.portalecorsi.com).

portalecorsi.com. Iscrivendoti online potrai: • Conoscere gli altri iscritti Attività, cultura, benessere e sport da gennaio a settembre 2017 ARCHITETTURA BENESSERE DISCIPLINE ORIENTALI ERBORISTERIA FILOSOFIA FOTOGRAFIA

BENESSERE. Il Centro di Educazione al Benessere è attivo nella luminosa e accogliente sala di Viale Giulio Cesare, 78, riservata a piccoli gruppi e a trattamenti ... Guarda l'elenco dei corsi e iscriviti direttamente online su www.portalecorsi.com.

[portalecorsi.com](http://www.portalecorsi.com). Iscrivendoti online potrai: • Conoscere gli altri iscritti

Guarda l'elenco dei corsi e iscriviti direttamente online su www.portalecorsi.com.

www.portalecorsi.com. Iscrivendoti online potrai: • Conoscere gli altri iscritti Attività, cultura, benessere e sport da gennaio a settembre 2017 ARCHITETTURA BENESSERE DISCIPLINE ORIENTALI ERBORISTERIA FILOSOFIA FOTOGRAFIA