



Livre CD ou Livre
DVD

Titre(s) : Mon p'tit yoga.

Editeur(s) : Formulette Production, 2016.

Autres : 1disque compact + 1 application

Contient : Premier envol : La posture de la montagne- tadasana. - La chanson du chien : la posture du chien -Adho mukha svanasana. - Un oiseau sur la branche : la posture de l'arbre - vriksasana. - Apprendre à se bagarrer ! : la posture du guerrier - virabhadrasana. - Un rêve : la posture du triangle - utthita trikonasana. - Les petits poissons : la posture de l'huître - paschimottanasana. - Chez les indiens : la posture de l'archer - akarana dhanurasana. - Les cinq chenilles : la posture du papillon - baddha konasana. - Le lièvre et la tortue : la posture de la tortue - supta kurmasana. - les indiens Huta : la posture de l'arc - dhanurasana. - La comptine du chameau : La posture du chameau - ustrasana. - Bateau sur l'eau : La posture du bateau - navasana. - Relaxation.

Lien : [http://static.fnac-](http://static.fnac-static.com/multimedia/Images/FR/NR/73/3e/63/6504051/1540-1.jpg)

static.com/multimedia/Images/FR/NR/73/3e/63/6504051/1540-1.jpg



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Musique et Cinéma	CD pour enfants	732 MON	Prêt normal	Disponible	Tréguieux
Musique et Cinéma	CD pour enfants	732 MON	Prêt normal	Disponible	Tréguieux