

Livre

Auteur(s) : Hoffman, Susannah (Auteur) ;Arquette, Patricia (1968-...) (Préfacier, etc.) ;Porlier, Bruno (1961-...) (Traducteur)

Titre(s) : Le yoga pour les enfants / Susannah Hoffman ; préface Patricia Arquette ; traduit de l'anglais par Bruno Porlier.

Editeur(s) : Paris : Gallimard-Jeunesse, 2019.

Autres : 1 vol. (72 p.) . illustrations en couleur . 29 x 23 cm

Résumé : Présentation expliquée en pas à pas de 25 postures de yoga, relaxantes ou amusantes, adaptées aux enfants. Trois types de séquences de postures sont proposées : apprentissage, enchaînement et pleine conscience.

Notes : Glossaire. Index. - Tout public.

Sujet(s) : Yoga ** Ouvrages pour la jeunesse ;Hatha-yoga pour enfants



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Jeunesse	Documentaires	613 Yoga/Relaxation	Prêt normal	Sorti	Ploufragan
Jeunesse	Documentaires	JD 613 7	Prêt normal	Disponible	Langueux
Jeunesse	Documentaires	613 Yoga / Relaxation	Prêt normal	Disponible	Plérin
Jeunesse	Documentaires	JD 649.5 HOF	Prêt normal	Sorti	Plédran
Jeunesse	Documentaires	J 613.7 *HOF*	Prêt normal	Disponible	Plaintel