

Livre

Auteur(s) : Perez, Marc (1954-...) (Auteur) ;Lefief-Delcourt, Alix (1975-...) (Auteur) ;Asero, Giovanni (Préfacier, etc.)
Titre(s) : Ma bible de l'ostéo-gym / Dr Marc Pérez, Alix Lefief-Delcourt ; préface Giovanni Asero.
Editeur(s) : Paris : Leduc.s éditions, 2019.
Collection(s) : (Bible).
Autres : 1 vol. (407 p.) . illustrations en noir et blanc . 23 x 19 cm
Résumé : Des solutions pour apaiser les douleurs des différentes zones du corps grâce à des postures et des exercices issus du yoga, du qi gong, du renforcement musculaire ou encore des massages. .
Notes : Bibliogr. Index. - Tout public.
Sujet(s) : Ostéopathie ** Guides pratiques



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
La doc mezzanine	Bien-être et santé	615.533 PER	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux
