

Livre

Auteur(s) : Daviau, Caroline (Auteur)

Titre(s) : Auto massage : 40 exercices pour soulager son corps et se remettre en forme / Caroline Daviau.

Editeur(s) : Vanves (Hauts-de-Seine) : Hachette Pratique, 2021. ; Vanves (Hauts-de-Seine) : Hachette Pratique, 2021.

Collection(s) : (I feel good, ISSN 2553-8217) (La maison Hachette).

Autres : 1 vol. (95 p.) . illustrations en noir et en couleur . 23 x 18 cm

Résumé : Un guide de massages à pratiquer sur soi-même afin de soulager les petits maux, décontracter les muscles et contribuer au bien-être psychique. ©Electre 2022.

Notes : Tout public.

Sujet(s) : Massage ; Guides pratiques ; Médecine parallèle



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	615.82-DAV	Prêt normal	Disponible	Ploeuc-L'H - Louis Guilloux
