

Livre

Auteur(s) : Mattig Kumar, Miranda (1978-...) (Auteur)

Titre(s) : Yoga & Pilates en famille / Miranda Mattig Kumar.

Editeur(s) : Paris : Dauphin, 2021.

Collection(s) : (Forme & bien-être).

Autres : 1 vol. (160 p.) . illustrations en noir et en couleur . 22 x 17 cm

Résumé : Un guide pour pratiquer le yoga et la méthode Pilates avec les enfants de 3 ans à 15 ans grâce à une sélection de jeux et d'exercices déclinés selon l'âge.

Notes : Tout public.

Sujet(s) : Yoga



Exemplaires

| Espace | Localisation | Cote | Utilisation | Disponibilité | Bib. d'origine |
|------------------|--------------------|-----------|-------------|---------------|------------------------|
| Adultes | Documentaires | 796.1 YOG | Prêt normal | Disponible | Binic-Etables |
| La doc mezzanine | Bien-être et santé | 613.7 MAT | Prêt normal | Disponible | Saint-Brieuc - Malraux |
