

Livre

Auteur(s) : Zauner, Renate (Auteur)

Titre(s) : Soigner le dos par des méthodes naturelles : les méthodes de médecine douce les plus efficaces, la bonne posture du corps, les exercices les plus adaptés... / Renate Zauner ; trad. de l'allemand par Sabine Lieveau-Boccador.

Editeur(s) : Paris : Vigot, 2004 (impr. en Belgique).

Collection(s) : (Santé & bien-être).

Autres : 94 p. . ill. en coul., couv. ill. en coul. . 22 cm

Résumé : Aide à identifier l'origine et la cause du mal de dos. Apprend les postures et les mouvements naturels de la colonne vertébrale qui permettent de la soulager. Propose des exercices de correction des postures, de mobilisation et de fortification du dos, ainsi que des méthodes de traitement les plus douces.

Notes : Bibliogr. p. 91. Index.

Sujet(s) : Dorsalgie ** Médecines parallèles



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	617.564 ZAU	Prêt normal	Disponible	Ploufragan