

Livre

Auteur(s) : Gandini, Maurizio (1951-...) (Auteur) ;Ruggeri, Raffaella (Traducteur)

Titre(s) : Le grand livre du Qi Gong / M. Gandini ; traduit de l'italien par Raffaella Ruggeri.

Editeur(s) : Paris : De Vecchi, impr. 2007 (impr. en Italie).

Autres : 1 vol. (143 p.) . ill. en coul., couv. ill. en coul. . 24 cm

Résumé : Une ancienne discipline chinoise qui permet de rééquilibrer son corps et d'atteindre dans un court délai un état de bien-être et de relaxation idéal. Avec des exercices illustrés par des photographies pour effectuer les massages ou les mouvements. L'auteur y explique comment soulager différentes pathologies de l'organisme.

Notes : La couv. porte en plus : "pratique de la force vitale".

Sujet(s) : Qi gong



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	613.714 8 GAN	Prêt normal	Disponible	Ploufragan