

Livre

Auteur(s) : Lonchant, Dominique (Auteur)

Titre(s) : ABC de la respiration / Dominique Lonchant.

Editeur(s) : Paris : Grancher, 2005 (18-Saint-Amand-Montrond : Impr. Bussière).

Collection(s) : (ABC : équilibre, ISSN 0761-019X).

Autres : 177 p. . ill., couv. ill. en coul. . 22 cm

Résumé : Présente des mouvements accompagnés de respirations bien spécifiques pour traiter de nombreux problèmes dus au stress de la vie quotidienne actuelle : asthme, allergies, douleurs de dos, raideurs, problèmes respiratoires, etc.

Notes : L'éd. précédente a paru sous le titre : "L'art de respirer". - Titre d'une autre édition : [L']art de respirer.

Sujet(s) : Pranayama



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Documentaires	Documentaires	613.7 LON	Prêt normal	Sorti	Saint-Brieuc - Camus
