

Livre

Auteur(s) : Wan der Heyoten, Louis (Auteur)

Titre(s) : Cours de gymnastique taoïste / Louis Wan Der Heyoten.

Editeur(s) : Paris : De Vecchi, 2010.

Autres : 1 vol. (127 p.) . illustrations en couleur . 24 x 17 cm

Résumé : La gymnastique taoïste opère sur le K'i, l'énergie interne et profonde de l'homme, à travers des exercices pour apprendre à la sentir, à la diriger et à en harmoniser le flux. Dans cet ouvrage didactique, l'auteur présente les secrets de la pratique de cette discipline pour diminuer la douleur en cas de trouble des articulations ou faire disparaître des phénomènes aigus comme la migraine.

Notes : Titre de couv. : Le grand livre de la gymnastique taoïste : 15 exercices pour pratiquer la gym taoïste. - Tout public.

Sujet(s) : Taijiquan



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
La doc mezzanine	Bien-être et santé	613.71 WAN	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux
