

saint-brieuc - Recherche INSOMNIE : THERAPEUTIQUE PAR L EXERCICE

Livre

Titre : Je retrouve un bon sommeil avec le yoga : 2 séquences accessibles à tous pour améliorer son sommeil

Auteur : Antoine, Céline

Editeur : Terre vivante

Date édition : 2019

Collections : Yoga & santé

Support : Livre

Livre

Titre : Yoga thérapie : soigner l'insomnie

Auteur : Coudron, Lionel

Editeur : O. Jacob

Date édition : 2013

Support : Livre
