

## Yoga y dieta vegetariana

Qué, Cómo y cuánto comer

Satchidananda, Swami

Editorial: Hara Press

ISBN: 9780972957250

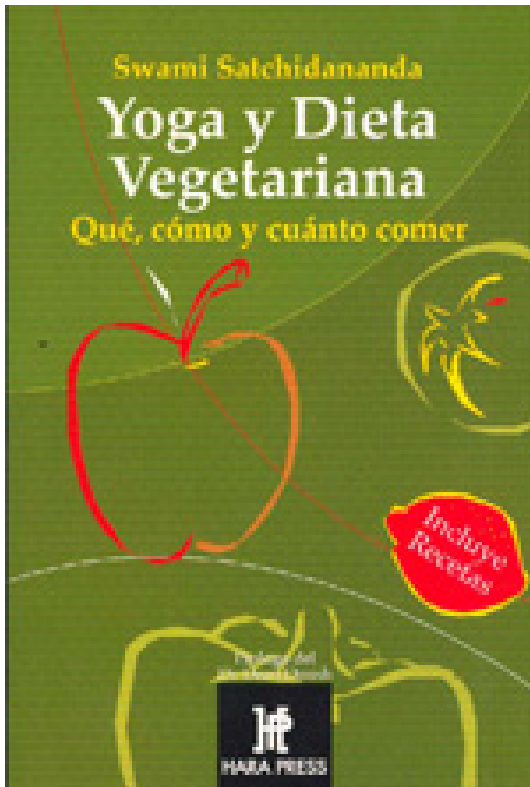
Páginas: 152

Dimensiones: 15 x 23

Encuadernación: Rústica

PVP.: 15,00 €

Coleccion: Espiritualidad de hoy



### SINOPSIS

Este libro contesta todas las preguntas que de ordinario se le pueden ocurrir a una persona que se interese en llevar una vida sana. Basándose en los principios de la dieta vegetariana, toca temas como reducción del peso o la adicción a los cigarros. Presenta remedios sencillos, pero muy eficaces, contra molestias como dolores de garganta, artritis y reumatismos, entre otros.