

El arte de relajarse

Para vivir sano y feliz, liberando el cuerpo y el espíritu de toda tensión

Rouet, Marcel

Editorial: Alas

ISBN: 9788420304441

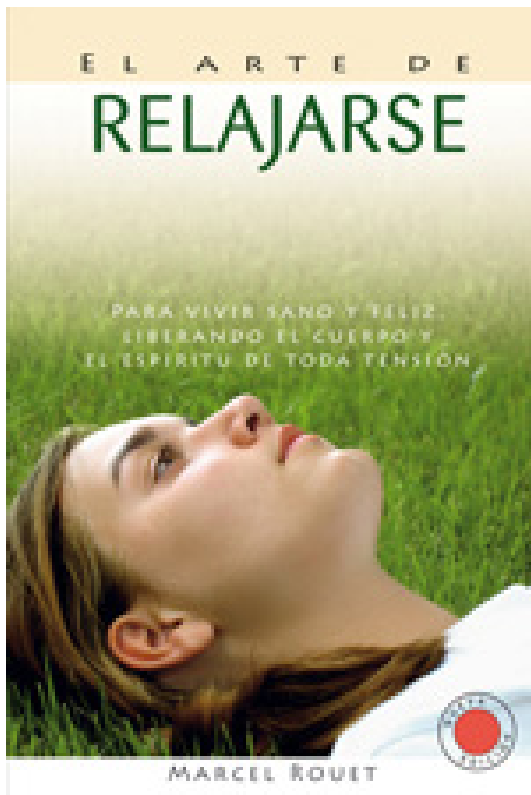
Páginas: 100

Dimensiones: 14 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 12,50 €

Colección: Manuales de salud



SINOPSIS

El estresante mundo en el que nos hallamos inmersos hace necesario encontrar una manera de vida que permita contrarrestar con garantías de éxito las tensiones, el estado de irritación y los nerviosismos que nos acucian a diario.