

## Mis 50 posturas de yoga

B.K.S. Iyengar

Editorial: Ilus Books

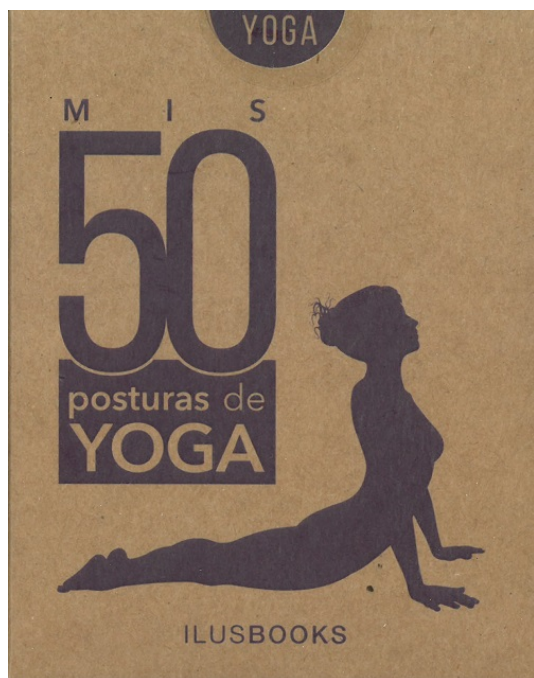
ISBN: 9788416574902

Páginas: 50 Cartas

Dimensiones: 9 x 11.8 cm

Encuadernación: Cartas

PVP.: 11,95 €



### SINOPSIS

Selección de 50 asanas o posturas de yoga clasificadas según el nivel de dificultad, beneficios obtenidos al practicarlas, tiempo de practica de cada una de ellas y precauciones a tener en cuenta.