

## El arte de relajarse

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

Rouet, Marcel

Editorial: Alas

ISBN: 9788420304441

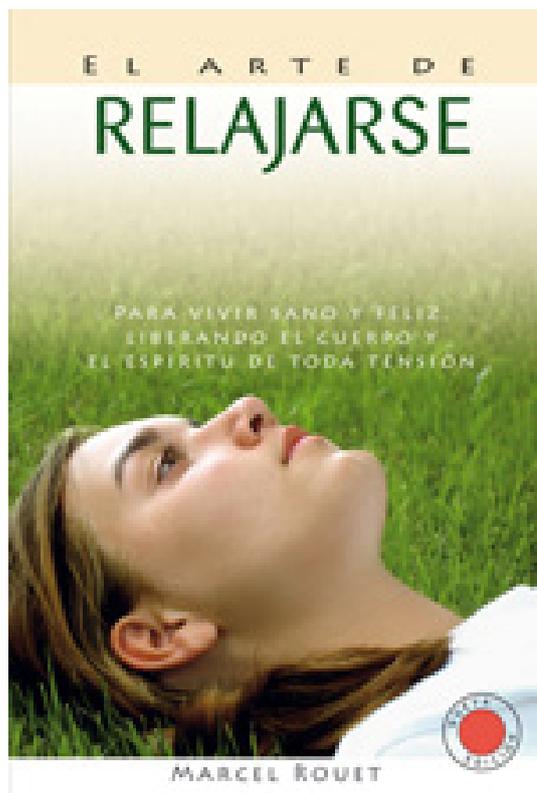
Páginas: 100

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.