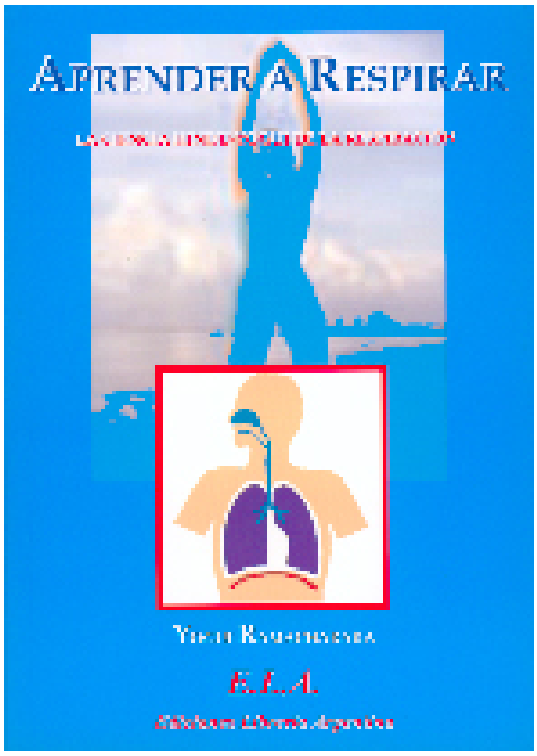

Aprender a respirar

La ciencia hindu-yogui de la respiración

Yogui

Editorial: Ediciones Librería Argentina (ELA)
ISBN: 9788489836631
Páginas: 96
Dimensiones: 17 x 24
Encuadernación: Rústica
PVP.: 13,50 €
Coleccion: Nuevos tiempos

SINOPSIS

Uno de los libros más vendidos sobre el tema, para cantantes, submarinistas, deportistas y quienes quieren desrraollar ampliamente si capacidad pilmonar.
Con ejercicios para relajarse y reactivarse. Con ilustraciones esta obra práctica y completa nos desvela las magníficas posibilidades que se ocultan tras este sencillo acto.