

Práctica yoga (Libro + Dvd)

Curso completo en teoría y práctica. Para iniciarse y llegar hasta el nivel intermedio

Calle, Ramiro; Morillo, Isabel

Editorial: Ediciones Librería Argentina (ELA)

ISBN: 9788489836884

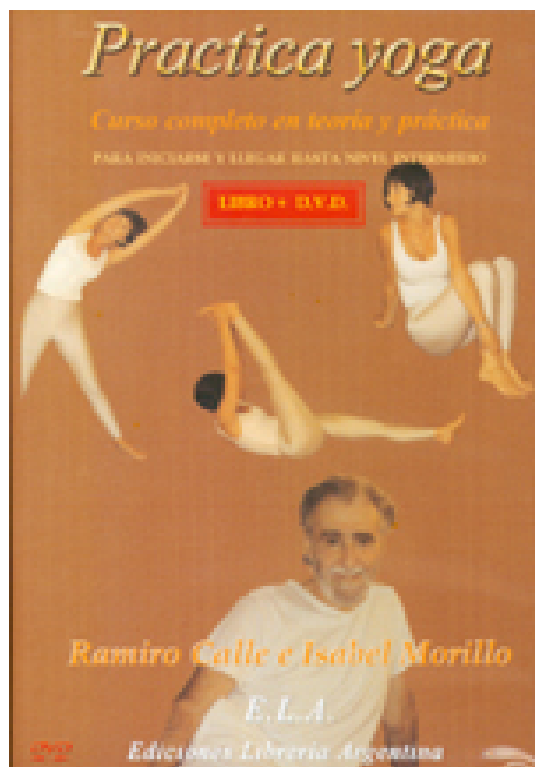
Páginas: 124 + DVD

Dimensiones: 17.5 x 24

Encuadernación: Rústica

PVP.: 25,00 €

Colección: Yoga práctico



SINOPSIS

Tras el éxito del libro anterior "Aprende Yoga", hecho para quienes quieren comenzar a practicar yoga (disponible en libro solo o libro con DVD) hemos decidido sacar esta obra, que profundiza mucho más en el yoga que la anterior, permitiendo a quien lo desee ampliar sus conocimientos de una manera práctica, fácil y segura, de acuerdo al método de yoga practicado con tanto éxito por Ramiro Calle e Isabel Morillo.

El DVD que complementa a este libro, recoge dos clases completas de yoga, una tabla de yoga vigorizante, una tabla de yoga en pareja y una tabla para practicantes avanzados. Para que usted practique en su casa con dos buenos profesores.