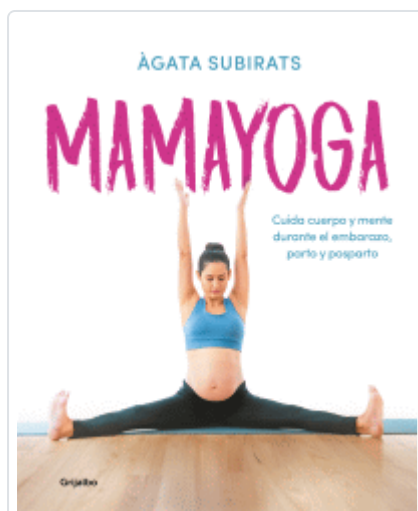


MAMAYOGA



SUBIRATS, AGATA

SINOPSIS

Vive un embarazo saludable y feliz a través de la práctica del yoga. Una guía completa, útil y ricamente ilustrada para descubrir todos los beneficios que aporta esta disciplina milenaria al cuerpo y a la mente, desde la concepción al posparto. El libro incluye asanas, mantras y ejercicios de meditación y de respiración idóneos para cada trimestre. También ofrece un acompañamiento emocional para ayudar a la mujer embarazada a escucharse, a conectar consigo misma y con su bebé, a empoderarse y a mejorar el bienestar con la pareja y con toda la familia a lo largo de esta revolución vital. ...



Editorial	GRIJALBO
Materia	BIENESTAR Y SALUD
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788417752460
Status	Disponible
Páginas	192
Tamaño	172xx17 mm.
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	17,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	05/08/2020

Títulos relacionados



MALA HORA, LA
GARCIA MARQUEZ



MEDIANOCHE EN
EL JARDIN DEL
BIEN Y DEL MAL
BERENDT, JOHN



NOTICIA DE UN
SECUESTRO
GARCIA MARQUEZ,
GABRIEL



POR LA LIEBRE
(OBRA
PERIODISTICA 4)
GARCIA MARQUEZ,
GABRIEL