

Do In - La voie de l'énergie (Poche t. 2921)

Anne Béatrice Leygues

Do In - La voie de l'énergie (Poche t. 2921) Anne Béatrice Leygues

Téléchargez et lisez en ligne Do In - La voie de l'énergie (Poche t. 2921) Anne Béatrice Leygues

Format: Ebook Kindle

Présentation de l'éditeur

En japonais, do signifie « la voie » et in « l'énergie ».

- Une méthode que l'on peut pratiquer seul et en toutes circonstances.
- But préventif ou curatif grâce au rééquilibrage des énergies.
- Des exercices spécifiques (en cas de grossesse, de blessure, de fatigue installée) ainsi que des mouvements destinés à entretenir sa forme.
- Des dessins simples et pédagogiques illustrent la méthode.

Fondé sur les principes du Tao - l'équilibre universel -, le do in est une technique d'automassage qui repose sur la stimulation des grandes fonctions du corps (respiration, circulation, digestion), par le biais des points d'acupuncture. En favorisant un rééquilibrage des énergies, il procure détente, bien-être et harmonie.

Un petit guide pratique pour prendre conscience de son corps, voie de la bonne santé tant physique que psychique. Présentation de l'éditeur

En japonais, do signifie « la voie » et in « l'énergie ».

- Une méthode que l'on peut pratiquer seul et en toutes circonstances.
- But préventif ou curatif grâce au rééquilibrage des énergies.
- Des exercices spécifiques (en cas de grossesse, de blessure, de fatigue installée) ainsi que des mouvements destinés à entretenir sa forme.
- Des dessins simples et pédagogiques illustrent la méthode.

Fondé sur les principes du Tao - l'équilibre universel -, le do in est une technique d'automassage qui repose sur la stimulation des grandes fonctions du corps (respiration, circulation, digestion), par le biais des points d'acupuncture. En favorisant un rééquilibrage des énergies, il procure détente, bien-être et harmonie.

Un petit guide pratique pour prendre conscience de son corps, voie de la bonne santé tant physique que psychique. Quatrième de couverture

En japonais, «do» signifie la voie et «in» l'énergie. Fondé sur les principes du Tao -l'équilibre universel-, le do in est une technique d'automassage qui repose sur la stimulation des grandes fonctions du corps (respiration, circulation, digestion), par le biais des points d'acupuncture. En favorisant un rééquilibrage des énergies, il procure détente, bien-être et harmonie.

Cette méthode, que l'on peut pratiquer seul et en toutes circonstances, offre des résultats immédiats et durables, dans un but préventif ou curatif. Elle propose en effet des exercices spécifiques (en cas de grossesse, de blessure, de fatigue installée) aussi bien que des mouvements destinés à entretenir sa forme, à prendre conscience de son corps, voie de la bonne santé tant psychique que physique.

Download and Read Online Do In - La voie de l'énergie (Poche t. 2921) Anne Béatrice Leygues

#KWAIORN5U6D

Lire Do In - La voie de l'énergie (Poche t. 2921) par Anne Béatrice Leygues pour ebook en ligneDo In - La voie de l'énergie (Poche t. 2921) par Anne Béatrice Leygues Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Do In - La voie de l'énergie (Poche t. 2921) par Anne Béatrice Leygues à lire en ligne.Online Do In - La voie de l'énergie (Poche t. 2921) par Anne Béatrice Leygues ebook Téléchargement PDFDo In - La voie de l'énergie (Poche t. 2921) par Anne Béatrice Leygues DocDo In - La voie de l'énergie (Poche t. 2921) par Anne Béatrice Leygues MobipocketDo In - La voie de l'énergie (Poche t. 2921) par Anne Béatrice Leygues EPub

KWAI0RN5U6DKWAI0RN5U6DKWAI0RN5U6D