



libreriasuniversitaria.it

Yoga nidra. Lo yoga del rilassamento profondo

Kindel Price:

Yoga nidra. Lo yoga del rilassamento profondo pdf - (EUR 0.00);
Yoga nidra. Lo yoga del rilassamento profondo epub - (EUR 0.00);
Yoga nidra. Lo yoga del rilassamento profondo txt - (EUR 0.00);
Yoga nidra. Lo yoga del rilassamento profondo fb2 - (EUR 0.00);
Yoga nidra. Lo yoga del rilassamento profondo doc - (EUR 0.00);

SCARICARE LIBRO:

- [Yoga nidra. Lo yoga del rilassamento profondo.pdf](#)
- [Yoga nidra. Lo yoga del rilassamento profondo.epub](#)
- [Yoga nidra. Lo yoga del rilassamento profondo.txt](#)
- [Yoga nidra. Lo yoga del rilassamento profondo.fb2](#)
- [Yoga nidra. Lo yoga del rilassamento profondo.doc](#)

LEGGERE LIBRO ONLINE:

- [Yoga nidra. Lo yoga del rilassamento profondo](#)

Questo volume è un manuale di auto-aiuto e propone metodi di rilassamento profondo semplici ed efficaci. Con questa tecnologia collaudata è possibile rilassarsi completamente in soli 30 minuti sia fisicamente, che mentalmente ed emotivamente. Lo Yoga Nidra è raccomandato anche per rafforzare il sistema immunitario, migliorare i disturbi cardiovascolari, l'emicrania e la cefalea, è indicato per problemi di sonno e promuove in generale la concentrazione e la creatività.