

Librería
Bonilla y Asociados
desde 1950



Título: Total Yoga.

Autor: Patel, Nita

Precio: \$500.00

Editorial:

Año: 2004

Tema:

Edición:

Sinopsis

ISBN: 9788420543178

Un programa progresivo adecuado para principiantes e iniciadores.

Con más de 100 posturas y ejercicios de yoga.

Más de 300 fotos en color que ilustran los ejercicios paso a paso, en una secuencia de figuras de referencia rápida.

Ejercicios para niños y mayores.

Ejercicios vigorizantes y de desintoxicación.