



Comment retrouver l'équilibre avec le shiatsu ?

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Comment retrouver l'équilibre avec le shiatsu ?

Vera Smayan, 50 minutes

Comment retrouver l'équilibre avec le shiatsu ? Vera Smayan, 50 minutes

 [Télécharger Comment retrouver l'équilibre avec le shiats ...pdf](#)

 [Lire en ligne Comment retrouver l'équilibre avec le shia ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Comment retrouver l'équilibre avec le shiatsu ? Vera Smayan, 50 minutes

Format: Ebook Kindle

Présentation de l'éditeur

Découvrez enfin les bases du shiatsu et nos conseils pour améliorer votre vie.

Massage relaxant aux vertus innombrables, le shiatsu permet de rééquilibrer le corps et l'esprit, tout en renforçant la force de guérison naturelle du patient. Grâce à des pressions et des étirements réalisés sur l'ensemble du corps, il agit aussi bien au niveau physique que psychologique en travaillant sur les méridiens qui parcourent le corps et dans lesquels circule l'énergie vitale. Grâce aux explications de Vera Smayan, vous découvrirez les fondements de cet art du massage et pourrez ensuite vous exercer grâce aux nombreuses illustrations et exercices proposés dans l'ouvrage.

Ce livre vous donnera des informations pour :

- comprendre le fonctionnement du shiatsu ;
- apprendre à connaître les fondements du shiatsu ;
- pratiquer le shiatsu.

Le mot de l'éditeur :

« Dans ce numéro de la collection 50MINUTES Équilibre, Vera Smayan offre une excellente introduction pour découvrir les bases du shiatsu et apprendre à se familiariser avec cette technique de massage thérapeutique. Ce faisant, elle nous ouvre les portes d'une véritable philosophie où le bien-être de l'individu est au centre de toutes les préoccupations. » Stéphanie Dagrain

À PROPOS DE LA SÉRIE 50MINUTES | Équilibre

La série Équilibre de la collection « 50MINUTES » présente de nombreuses thématiques et problématiques liées aux relations que nous entretenons avec nous-mêmes. Grâce aux témoignages et aux nombreuses astuces mis en lumière par nos auteurs, découvrez pas à pas les clés pour vous sentir plus épanoui et plus serein.

Présentation de l'éditeur

Découvrez enfin les bases du shiatsu et nos conseils pour améliorer votre vie.

Massage relaxant aux vertus innombrables, le shiatsu permet de rééquilibrer le corps et l'esprit, tout en renforçant la force de guérison naturelle du patient. Grâce à des pressions et des étirements réalisés sur l'ensemble du corps, il agit aussi bien au niveau physique que psychologique en travaillant sur les méridiens qui parcourent le corps et dans lesquels circule l'énergie vitale. Grâce aux explications de Vera Smayan, vous découvrirez les fondements de cet art du massage et pourrez ensuite vous exercer grâce aux nombreuses illustrations et exercices proposés dans l'ouvrage.

Ce livre vous donnera des informations pour :

- comprendre le fonctionnement du shiatsu ;
- apprendre à connaître les fondements du shiatsu ;
- pratiquer le shiatsu.

Le mot de l'éditeur :

« Dans ce numéro de la collection 50MINUTES Équilibre, Vera Smayan offre une excellente introduction pour découvrir les bases du shiatsu et apprendre à se familiariser avec cette technique de massage thérapeutique. Ce faisant, elle nous ouvre les portes d'une véritable philosophie où le bien-être de l'individu est au centre de toutes les préoccupations. » Stéphanie Dagrain

À PROPOS DE LA SÉRIE 50MINUTES | Équilibre

La série Équilibre de la collection « 50MINUTES » présente de nombreuses thématiques et problématiques liées aux relations que nous entretenons avec nous-mêmes. Grâce aux témoignages et aux nombreuses astuces mis en lumière par nos auteurs, découvrez pas à pas les clés pour vous sentir plus épanoui et plus serein.

Download and Read Online Comment retrouver l'équilibre avec le shiatsu ? Vera Smayan, 50 minutes
#9MKLFN7V842

Lire Comment retrouver l'équilibre avec le shiatsu ? par Vera Smayan, 50 minutes pour ebook en ligne Comment retrouver l'équilibre avec le shiatsu ? par Vera Smayan, 50 minutes 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 Comment retrouver l'équilibre avec le shiatsu ? par Vera Smayan, 50 minutes à lire en ligne. Online Comment retrouver l'équilibre avec le shiatsu ? par Vera Smayan, 50 minutes ebook Téléchargement PDF Comment retrouver l'équilibre avec le shiatsu ? par Vera Smayan, 50 minutes Doc Comment retrouver l'équilibre avec le shiatsu ? par Vera Smayan, 50 minutes Mobipocket Comment retrouver l'équilibre avec le shiatsu ? par Vera Smayan, 50 minutes EPub

9MKLFN7V8429MKLFN7V8429MKLFN7V842