



**Prezzo di vendita**10,93 €

~~Prezzo base, tasse incluse~~ 11,50 €

Sconto -0,58 €

Autore: M. M. Gore



## Descrizione

LINGUA:Italiano

PAGINE:137 - Ristampa Dicembre 2014

CASA EDITRICE: Promolibri Magnanelli

Corredato da numerosi disegni, il testo consentirà a istruttori e allievi non solo un approccio teorico più corretto, ma anche un migliore risultato sul piano operativo.

La prima parte del libro espone le nozioni fondamentali di anatomia e di fisiologia ed esamina il concetto di "posizione corporea".

La seconda parte tratta la fisiologia degli âsana, del prânâyâma e delle tecniche che ad esso si collegano.