Librería

Bonilla y Asociados

desde 1950

Título:

Autor:

Precio: $500.00

Editorial:

Año: 2004

Tema:

Edición:

Sinopsis

ISBN: 9788420543178

Un programa progresivo adecuado para principiantes e iniciadores.
Con màs de 100 posturas y ejercicios de yoga.
Màs de 300 fotos en color que ilustran los ejercicios paso a paso, en una secuencia de figuras de referencia ràpida.
Ejercicios para niños y mayores.
Ejercicios vigorizantes y de desintoxicaciòn.