



**Auteur(s)** : Royer, Sylvie Alice (Auteur)

**Titre(s)** : La marche afghane pour tous [Texte imprimé] / Sylvie Alice Royer.

**Editeur(s)** : Vergèze : Thierry Souccar Editions, 2018.

**Résumé** : Enseignement de la marche afghane qui synchronise la respiration sur les pas, pour retrouver la paix intérieure.

**Notes** : La couv. porte en plus : "Régénérer le corps, apaiser l'esprit, vivre l'instant présent".

**Sujet(s)** : Exercices respiratoires Marche (locomotion) : Aspect psychologique Marche (locomotion) \*\* Aspect physiologique Guides pratiques



Livre

## Exemplaires

Site	Support	Etage	Domaine	Cote	Volume	Utilisation	Situation	Date retour
Bibliothèque	Livre	RDC	LOISIRS	796.51 ROY		Prêt normal	Disponible	