

J'apprends à me relaxer

Auteur(s) Diederichs, Gilles (Auteur)

Choux, Nathalie (1967-...) (Illustrateur)

Titre(s) J'apprends à me relaxer : avec des exercices pour se détendre et des comptines pour respirer et s'endormir facilement / Gilles Diederichs ; illustrations Nathalie Choux.

Editeur(s) Paris : Nathan Jeunesse , 2017.

Collection(s) (Le bien-être des petits).

Résumé Un livre-CD qui propose comptines, musiques et sons de la nature. Un voyage à travers les cinq continents, dans lequel l'enfant rencontre différents animaux qui lui apprennent quelques postures de yoga.

Notes A partir de 3 ans.

Sujet(s) Relaxation : Enfant : Album

Yoga : Album

Indice(s) D

Exemplaires

Utilisation	prêt normal
Support	Livre
Bibliothèque	Château-Gontier
Section	Espace enfance
Localisation	Album
Cote	D
Situation	en rayon
Date retour	