

Le yoga pour les enfants

Auteur(s) Hoffman, Susannah (Auteur)

Arquette, Patricia (1968-...) (Préfacier, etc.)

Porlier, Bruno (1961-...) (Traducteur)

Titre(s) Le yoga pour les enfants / Susannah Hoffman ; préface Patricia Arquette ; traduit de l'anglais par Bruno Porlier.

Editeur(s) Paris : Gallimard-Jeunesse , 2019.

Résumé Présentation expliquée en pas à pas de 25 postures de yoga, relaxantes ou amusantes, adaptées aux enfants. Trois types de séquences de postures sont proposées : apprentissage, enchaînement et pleine conscience. Electre 2020.

Notes Glossaire. Index. - Tout public.

Sujet(s) Yoga : Ouvrages pour la jeunesse

Relaxation : Enfant

Indice(s) 613

Exemplaires

Utilisation	prêt normal
Support	Livre
Bibliothèque	Château-Gontier
Section	Espace travail
Localisation	Documentaire Enfance
Cote	J 613 REL
Situation	en rayon
Date retour	