

[Le] yoga, c'est pour moi

Auteur(s) Rissman, Rebecca (Auteur)

Colonel Moutarde (Illustrateur)

Bouard-Schwartz, Christine (Traducteur)

Titre(s) [Le] yoga, c'est pour moi / Rebecca Rissman ; illustrations Colonel Moutarde ; traduit de l'anglais par Christine Bouard-Schwartz.

Editeur(s) Montrouge (Hauts-de-Seine) : Bayard Jeunesse , 2017.

Résumé Cet ouvrage pratique propose de découvrir les bases du yoga en fournissant des informations sur cette discipline, en expliquant le déroulement d'une séance et en détaillant les postures et leurs bienfaits. Chacune est illustrée et expliquée pas à pas.

Notes Sites Internet. Glossaire. Index. - A partir de 10 ans.

Sujet(s) Yoga

Indice(s) 613

Exemplaires

Utilisation	prêt normal
Support	Livre
Bibliothèque	Château-Gontier
Section	Espace travail
Localisation	Documentaire Enfance
Cote	J 613 REL
Situation	sorti
Date retour	14/05/2024
Utilisation	prêt normal
Support	Livre
Bibliothèque	Châtelain
Section	Enfant
Localisation	Documentaire
Cote	E613.7 RIS
Situation	en rayon
Date retour	