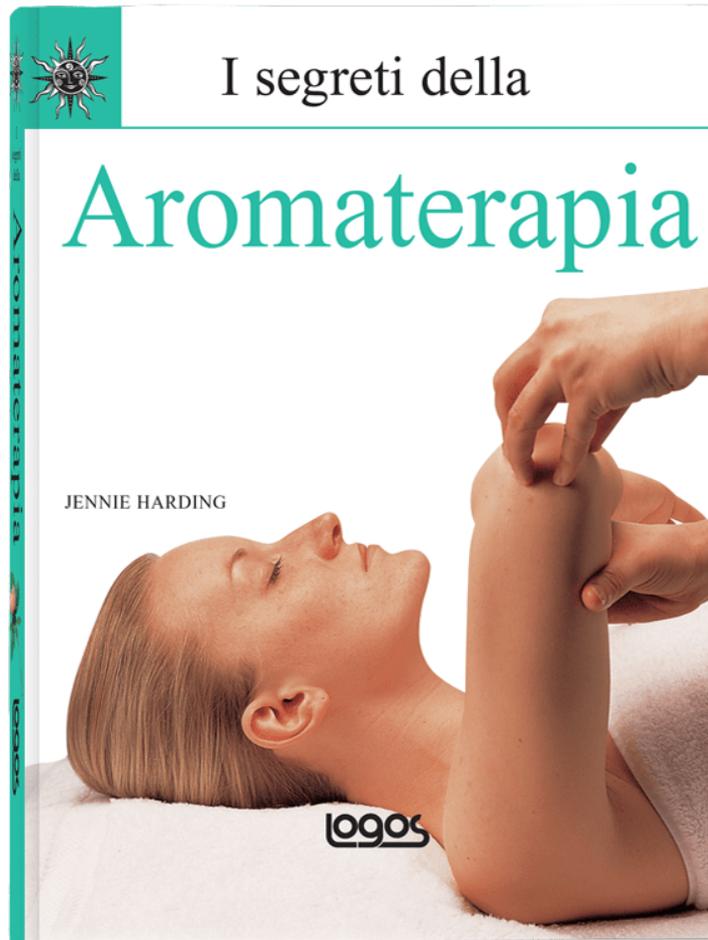


#logosedizioni



Logosedizioni
I SEGRETI DELL'AROMATERAPIA

Jennie Harding

I segreti

Brossurata

110x135, 224 pp.

Italiano

9788879403344

4,95€

Disponibilità Immediata

I SEGRETI DELL'AROMATERAPIA

Gli oli essenziali alleviano lo stress mentale, fisico ed emotivo

Le virtù terapeutiche degli oli essenziali sono note da millenni, ma negli ultimi 30 anni la fama delle loro proprietà curative e rilassanti è cresciuta a tal punto che, oggi, molti di essi sono comunemente usati, in aggiunta ad altri prodotti, per la cura del corpo. Scopo di questa guida è illustrare al lettore le origini dell'aromaterapia e indirizzarlo verso una scelta consapevole dell'olio essenziale più appropriato, spiegando inoltre i suoi possibili utilizzi curativi, le tecniche di automassaggio e i benefici di una seduta aromaterapica. Prendendo parte alla "rivoluzione aromatica" imparerete come la natura possa aiutarvi a curare i piccoli malesseri quotidiani.

La collana:

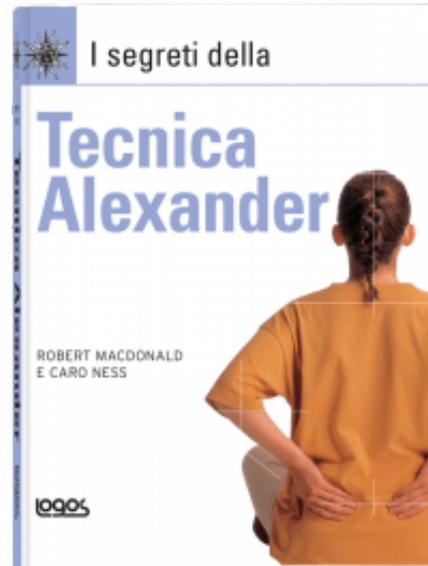
Integrando sapientemente teoria e pratica, la collana "**I segreti...**" offre spiegazioni chiare ed esaustive che demistificano la disciplina affrontata in ciascun volume, suggerendo come trarne preziosi benefici nella vita quotidiana.

- Un'introduzione ai principi dell'aromaterapia
- Esercizi di base spiegati mediante fotografie a colori e istruzioni step-by-step
- Un linguaggio privo di tecnicismi che rende questa disciplina accessibile anche ai principianti

L'autrice:

Da dieci anni **Jennie Harding** tiene un corso di aromaterapia presso il Tisserand Institute di Londra, dopo aver insegnato in Europa e negli Stati Uniti. Attualmente si occupa della coltivazione di piante aromatiche e, allo stesso tempo, prosegue i suoi studi di botanica ed ecologia. Questo è il suo primo libro.

I SEGRETI DELL'AROMATERAPIA
Titoli correlati



I SEGRETI DELLA TECNICA ALEXANDER

Robert MacDonald, Caro Ness

9788879406048

4,95€