

#logosedizioni



I segreti della

Tecnica Alexander

ROBERT MACDONALD
E CARO NESS

logos



Logosedizioni

I SEGRETI DELLA TECNICA ALEXANDER - OUTLET

Robert MacDonald, Caro Ness

I segreti

Brossurata

110x135, 224 pp.

Italiano

OUT8879406048

~~4,95€~~ **2,48€>**

Disponibilità Immediata

I SEGRETI DELLA TECNICA ALEXANDER - OUTLET

Questo volume è a metà prezzo perché è in offerta speciale o presenta lievi ammaccature o piccoli difetti dovuti al trasporto o all'esposizione in libreria. Per maggiori informazioni potete scrivere a: info@libri.it come migliorare la postura e cambiare la qualità della propria vita

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

- Le cattive abitudini posturali e come contrastarle
- Come applicare la Tecnica alle attività di tutti i giorni
- Un linguaggio chiaro e semplice e immagini esplicative per facilitare l'apprendimento

#logosedizioni