



Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 cartes

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 cartes

Gertrud Hirschi

Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 cartes Gertrud Hirschi

Issus de la tradition yogique, les mudras (littéralement sceaux) sont de simples gestes des doigts et de la main destinés à activer le flux d'énergie vitale et à apaiser le corps et l'esprit. Vous trouverez dans ce joli coffret 68 cartes, peintes avec amour par l'artiste Vreni Erzberger, chacune d'entre elles présentant un mudra particulier accompagné de conseils précis pour accroître son efficacité. Un livre d'accompagnement vous permettra de parfaire votre connaissance de cet art thérapeutique, pratiqué dans le monde entier.

 [Télécharger Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 carte ...pdf](#)

 [Lire en ligne Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 car ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne **Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 cartes Gertrud Hirschi**

44 pages

Présentation de l'éditeur

Issus de la tradition yogique, les mudras (littéralement "sceaux") sont de simples gestes des doigts et de la main destinés à activer le flux d'énergie vitale et à apaiser le corps et l'esprit. Vous trouverez dans ce joli coffret 68 cartes, peintes avec amour par l'artiste Vreni Erzberger, chacune d'entre elles présentant un mudra particulier accompagné de conseils précis pour accroître son efficacité. Un livre d'accompagnement vous permettra de parfaire votre connaissance de cet art thérapeutique, pratiqué dans le monde entier. Biographie de l'auteur

Gertrud Hirschi dirige une école de yoga à Zurich. Elle est l'auteure de nombreux best-sellers dont - Mudras de bien-être (pour le corps, l'âme et l'esprit) - Les Mudras (le Yoga au bout des doigts).

Download and Read Online Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 cartes Gertrud Hirschi

#SGD824ZU7JA

Lire Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 cartes par Gertrud Hirschi pour ebook en ligne Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 cartes par Gertrud Hirschi Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 cartes par Gertrud Hirschi à lire en ligne. Online Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 cartes par Gertrud Hirschi ebook Téléchargement PDF Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 cartes par Gertrud Hirschi Doc Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 cartes par Gertrud Hirschi Mobipocket Les cartes des Mudras : Avec un livret et 68 cartes par Gertrud Hirschi Epub
SGD824ZU7JASGD824ZU7JASGD824ZU7JA