

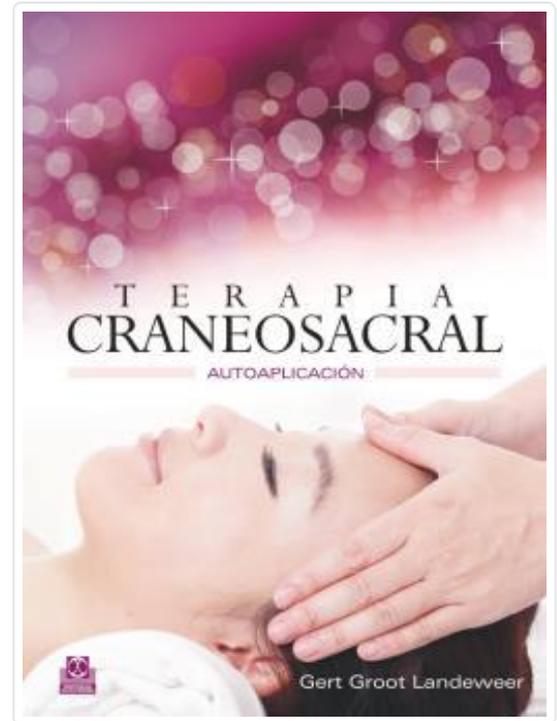


Groot Landeweer, Gert

Terapia craneosacral. Autoaplicación (Cartoné+ color)

El sistema craneosacral constituye el núcleo de nuestro cuerpo. Tan importante es moverse y alimentarse de forma consciente para mantener una buena salud como armonizar el núcleo del cuerpo de acuerdo con nuestras necesidades. Con este libro aprenderá a reducir los efectos negativos y perjudiciales causados por el estrés aumentando, así, su energía y fortaleciéndose ante posibles dolencias y enfermedades.

Esta obra, ampliamente ilustrada, le ofrece una visión general y completa sobre el fascinante método de la terapia craneosacral. Se presentan numerosos ejercicios que estimulan de forma suave las fuerzas de autocuración y ayudan a superar molestias físicas y psíquicas, tales como problemas de espalda, migrañas o trastornos del sueño. El lector encontrará un completo programa de ejercicios de autoaplicación.



Editorial	Paidotribo
Colección	Técnicas y Métodos de Aplicación de la Fisioterapi
Encadernación	Tapa dura
Páginas	96
Tamaño	210x275x mm.
Peso	560
Idioma	Español
Tema	Medicina y salud
EAN	9788499102412
PVP	28,90 €
PVP sen IVE	27,79 €

