



Yoga et respiration pour les petits

Auteurs: Rida Ouerghi (Texte) - Elsa Fouquier (Illustrations)

Éditeur : Gallimard Jeunesse

Domaine : Jeunesse

Genres : Livre-CD/livre sonore

Mots-Clés : Relaxation - Yoga

Un livre et un CD de 20 minutes avec de belles musiques pour un vrai moment de détente avec les plus petits.

10 postures de yoga avec des instructions simples pour aider les plus petits à comprendre leur corps et poser leur respiration. Le tout accompagné d'un CD de 15 minutes, avec de belles musiques relaxantes et des sons de la nature !

Date : 11/06/2020

Pages : 32

Format cm : 21 x 21

Prix : 16.0

EAN : 9782075142014