



MÉDECINES DOUCES

Le trio gagnant

Le yoga, la digitopuncture et l'alimentation raisonnée sont réunis dans un même ouvrage de bien-être. Grâce à de nombreuses photos, schémas, tests et explications, ce livre encourage le lecteur à pratiquer ces trois disciplines comme une seule et même technique de soin et de santé ou, encore mieux, comme un passeport vers la longévité...
Yoga, digitopuncture & alimentation – Les 3 clés de la longévité,
éditions **Chariot** d'or, 22 €