



Livre

Auteur(s) : Rissman, Rebecca (Auteur) ;Colonel Moutarde (1968-...) (Illustrateur) ;Bouard-Schwartz, Christine (Traducteur)

Titre(s) : [Le]yoga, c'est pour moi [Texte imprimé] / Rebecca Rissman ; illustrations Colonel Moutarde ; traduit de l'anglais par Christine Bouard-Schwartz.

Editeur(s) : Montrouge (Hauts-de-Seine) : Bayard Jeunesse, 2017.

Résumé : Cet ouvrage pratique propose de découvrir les bases du yoga en fournissant des informations sur cette discipline, en expliquant le déroulement d'une séance et en détaillant les postures et leurs bienfaits. Chacune est illustrée et expliquée pas à pas. Electre 2017.

Notes : Sites Internet. Glossaire. Index. - A partir de 10 ans.

Sujet(s) : Yoga ** Ouvrages pour la jeunesse

Indice(s) : 613.7



Exemplaires

Cote	Support	Section	Localisation	Situation	Date retour	Titre	N° partie	Titre partie
J 613.7	Livre	Jeunesse	Documentaire	En rayon		[Le]yoga, c'est pour moi		