

Vivre son dos au quotidien PDF

coordonné par Anne-Marie Nguyen Ngoc



Ceci est juste un extrait du livre de Vivre son dos au quotidien. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: coordonné par Anne-Marie Nguyen Ngoc

ISBN-10: 9782353270606

Langue: Français

Taille du fichier: 4988 KB

LA DESCRIPTION

"J'en ai plus le dos" Si cette expression est souvent employée au figuré, elle peut s'entendre au sens propre : plein le dos de cette douleur, parfois aiguë, souvent lancinante, toujours obsédante. Ce dos que nous découvrons douloureux mérite que nous le connaissions mieux. Ce livret-guide présente quelques connaissances de base sur la mécanique de la colonne vertébrale, ses dérangements, et évoque concrètement les différents aspects de la vie quotidienne. Il existe en effet à chaque instant du jour, dans toutes les situations, une façon optimale d'être actif et en harmonie avec son corps. De plus, les conseils et les mises en situation concrètes proposés par un professionnel vous permettront de ressentir ce qui vous convient.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Découvrez des commentaires utiles de client et des classements de commentaires pour Vivre son dos au quotidien sur Amazon.fr. Lisez des commentaires honnêtes et non ...

Vivre son âge au quotidien écrit par Coordonné par Nadine KRAFT, éditeur SOLAL, collection Vivre au quotidien, , livre neuf année 2009, isbn 9782353270668

Découvrez Vivre son dos au quotidien le livre de Anne-Marie Nguyen Ngoc sur decitre.fr - 3ème libraire sur Internet avec 1 million de livres disponibles en ...

VIVRE SON DOS AU QUOTIDIEN

[Lire la suite...](#)