

La marche qui soigne PDF

Lachant, Jacques-Alain



Ceci est juste un extrait du livre de La marche qui soigne. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



DOWNLOAD PDF

Auteur: Lachant, Jacques-Alain

ISBN-10: 9782228914055

Langue: Français

Taille du fichier: 4847 KB

LA DESCRIPTION

Une grande part de nos douleurs et de nos problèmes musculaires et squelettiques vient de ce que nous ne savons plus marcher ni nous porter. De là découlent mal de dos, déséquilibres posturaux, chutes à répétition et autres désordres de la marche. Ce livre explique tous les bénéfices que l'approche globale et révolutionnaire de la "marche portante", développée par Jacques-Alain Lachant, peut nous apporter : la disparition des douleurs et des gênes handicapantes, mais aussi une manière intelligente de se servir de son corps, jusque dans les gestes de la vie quotidienne, pour obtenir du tonus, de la légèreté, et le plaisir de se sentir vivant.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Le Registre des Ostéopathes de France (ROF) est une association du métier d'ostéopathe et des techniques d'ostéopathie. Pour trouver un bon ostéopathe, une ...

L'auteur, ostéopathe, montre avec des témoignages et des exemples, comment acquérir une marche portante et décrit ses bénéfices : la disparition des douleurs et ...

Pensez-vous savoir bien marcher ? Voici une question fondamentale (que nous nous posons rarement il faut bien se l'avouer) et qui pourrait bien changer radicalement ...

LA MARCHE QUI SOIGNE

[Lire la suite...](#)