

Tags: Andas : livet händer mellan två andetag MOBI download; Andas : livet händer mellan två andetag epub books download; Andas : livet händer mellan två andetag e-bok apple; Andas : livet händer mellan två andetag las online bok; Andas : livet händer mellan två andetag ladda ner pdf e-bok; Andas : livet händer mellan två andetag bok pdf svenska

Andas : livet händer mellan två andetag PDF E-BOK

Ulrica Norberg



Författare: Ulrica Norberg

ISBN-10: 9789178270736

Språk: Svenska

Filstorlek: 2644 KB

BESKRIVNING

Andas! är en praktisk handbok som visar hur man tar kontroll över den egna hälsan och välmåendet. Ulrica Norberg är välkänd profil inom yoga och meditation där andningen är grundläggande. Hon har skrivit en lång rad framgångsrika böcker i ämnet. Boken Andas! förenar yogafilosofi och den senaste forskningen om hjärnan och nervsystemet. Författaren gör en resa bakåt i tiden, till flera tusen år gammal yogafilosofi där prana (sanskrit för andning) beskriver fyra delar av ett andetag. Och från dagens medicinska rön hämtar hon kunskap om neurologi som visar att den kemiska balansen i kroppen vävs samman via vår andning. Ulrica är passionerat intresserad av att se människor växa. För att hitta passion och potential behöver man rikta sitt fokus inåt. Med hjälp av andning, stillhet, reflektion och skapande kommer man långt. Med världen som sitt arbetsfält reser hon runt och skriver, utbildar och inspirerar människor i olika workshops. Hon har tilldelats titeln Yogiraj, yogamästare, som förärats endast nio västerlänningar före henne. Hon har utbildat över 500 yogalärare i världen. Omslagsformgivare: Pär Wickholm

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Allt om Ulrica Norberg - Böcker, bilder och kuriosas.

Andas! är en praktisk handbok som visar hur man tar kontroll över den egna hälsan och välmåendet. Ulrica Norberg är välkänd profil inom yoga och meditation ...

Norberg Ulrica - Andas - Livet Händer Mellan Två Andetag ... - ginza.se

Köp Andas : Livet händer mellan två andetag. Andas! är en praktisk handbok som visar hur man tar kontroll över den egna hälsan och välmåendet. Ulrica Norberg ...

PDF Andas : Livet händer mellan två andetag PDF bok ladda ner Ulrica Norberg

Andas! är en praktisk handbok som visar hur man tar kontroll över den egna hälsan och välmåendet. Ulrica Norberg är välkä ...

ANDAS : LIVET HÄNDER MELLAN TVÅ ANDETAG

LÄS MER