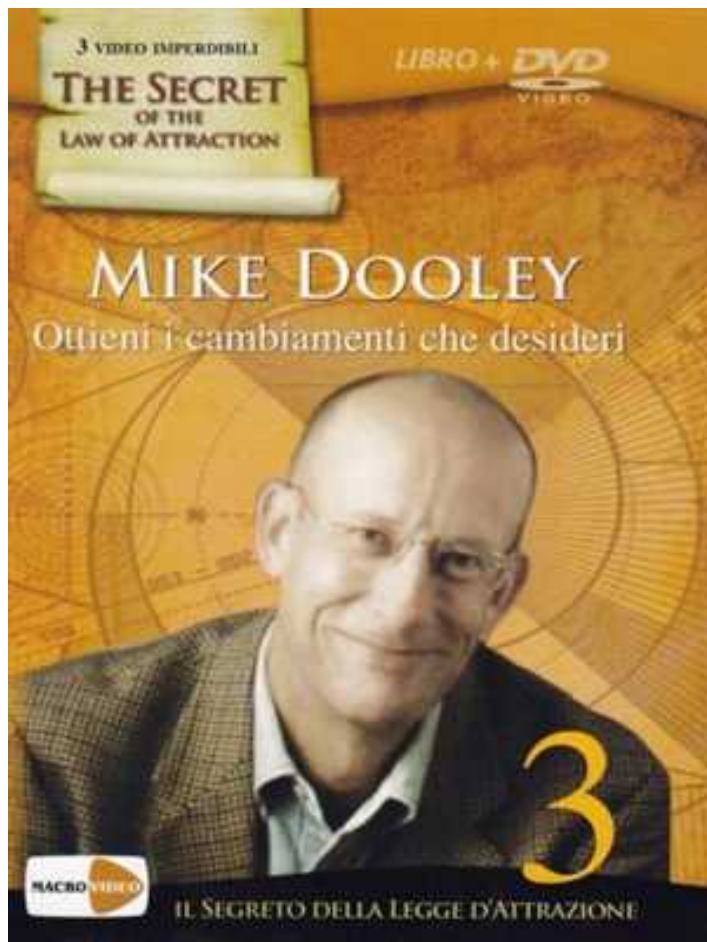


Tags: Saluto al sole, saluto alla luna. DVD libro pdf download, Saluto al sole, saluto alla luna. DVD scaricare gratis, Saluto al sole, saluto alla luna. DVD epub italiano, Saluto al sole, saluto alla luna. DVD torrent, Saluto al sole, saluto alla luna. DVD leggere online gratis PDF

---

## Saluto al sole, saluto alla luna. DVD PDF

Silvia Salvarani



*Questo è solo un estratto dal libro di Saluto al sole, saluto alla luna. DVD. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



Autore: Silvia Salvarani  
ISBN-10: 9788864121505  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 3288 KB

## **DESCRIZIONE**

Il saluto al sole, in sanscrito Surya Namaskara, è considerata una delle sequenze più dinamiche dello Yoga, una serie di esercizi che ha lo scopo di preparare il corpo e la mente ad affrontare la giornata in modo energico e senza stress. Come il saluto al sole rappresenta la parabola solare, dall'alba al tramonto, così il saluto alla luna, in sanscrito Chandra Namaskara, raffigura la luna nell'arco delle sue fasi: ascendenti e discendenti, piene e vuote.

**COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Saluto al Sole Saluto alla Luna - Videocorso in DVD di S. Salvarani - Tecniche energetiche per rivitalizzare mente e corpo - Scopriilo sul Giardino dei Libri.

Il Saluto alla Luna è una sequenza di posizioni yoga fortemente legata al ... (sole) Namaskara (saluto alle ... Ti consigliamo altri libri e dvd sull'argomento ...

Il Saluto alla luna ... Come per il saluto al sole, anche nel saluto alla luna la concentrazione costante sul ... The Moon Sequence DVD ...

**SALUTO AL SOLE, SALUTO ALLA LUNA. DVD**

[Leggi di più ...](#)