

Una vita autentica. A pukka life PDF

Sebastian Pole



Questo è solo un estratto dal libro di Una vita autentica. A pukka life. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Sebastian Pole
ISBN-10: 9788862293693
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 1796 KB

DESCRIZIONE

Tanti gli aspetti trattati: Nutrizione (dieta), Disintossicazione (eliminazione delle tossine), Ringiovanimento (rafforzamento del sistema immunitario), Forza e pace (rilassamento e determinazione), Ecologia (ambiente e inquinanti ecc.), Relazioni (rapporti umani e col mondo). Arricchito da un glossario di termini ayurvedici, questo manuale intende portare nella nostra quotidianità la saggezza dell'antica disciplina dell'ayurveda, adattandola alla nostra società occidentale grazie all'integrazione con fitoterapia, dietetica, esercizi e yoga... per fare della nostra vita, un sentiero verso la salute e il benessere psico-fisico.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Sebastian Pole - Una vita autentica - A Pukka Life - Trova il tuo sentiero verso la perfetta salute.
Sebastian Pole - Una vita autentica - A Pukka Life ...

Continua a leggere l'estratto del libro "Una Vita Autentica - A Pukka Life - Ayurveda" Autore. Sebastian Pole è un esperto praticante di Ayurveda, ...

Acquista online il libro Una vita autentica. A pukka life di Sebastian Pole in offerta a prezzi imbattibili su Mondadori Store.

UNA VITA AUTENTICA. A PUKKA LIFE

[Leggi di più ...](#)