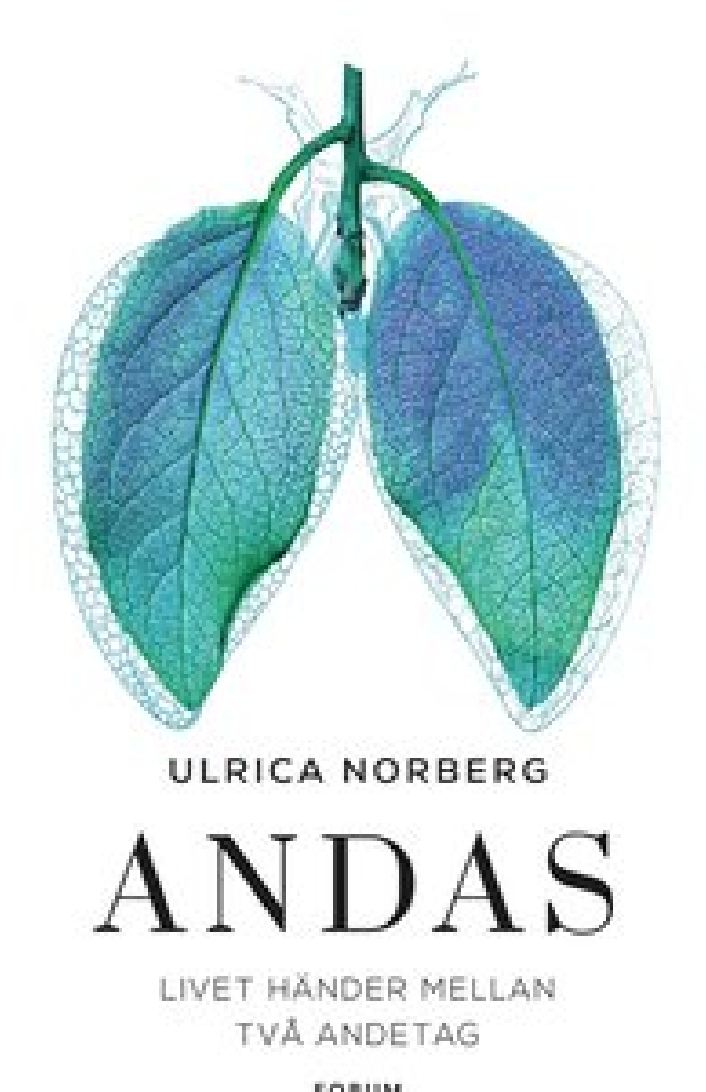


Keywords: Andas : Livet händer mellan två andetag PDF pdf bok på svenska, ladda ner Andas : Livet händer mellan två andetag ePUB, Andas : Livet händer mellan två andetag las online, Andas : Livet händer mellan två andetag download

Andas : Livet händer mellan två andetag PDF

Ulrica Norberg



Det här är bara ett utdrag ur Andas : Livet händer mellan två andetag bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Ulrica Norberg

ISBN-10: 9789137151687

Språk: Svenska

Filesize: 3095 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?

ANDAS - Livet händer mellan två andetag - jag har läst Ulrica Norbergs nya bok. 2 dagar. Majja Lundh.
Snabbt tips för att anpassa yogan efter gravidkroppen. 2 ...

Andas - livet händer mellan två andetag. Yogagurun Ulrika Norberg har skrivit flera böcker i ämnet och i sin nya bok Andas! förenar hon yogafilosofin med den ...

Feng Shui Ekologi. Film Multimedia. Fenomen Vetenskap

ANDAS : LIVET HÄNDER MELLAN TVÅ ANDETAG

[Fortsätt läsa...](#)