

MANUALE TECNICO DI HATHA YOGA

Prezzo: ^{Regular Price} **49,00 €** ^{Special Price}
46,55 €



Codice	9788860287427
Tipologia	Libri
Data pubblicazione	1 ott 2025
Reparto	varia, LIBRI
Argomento	Sport
Autore	Ambrosini Diane M.
Editore	Calzetti e Mariucci

Descrizione

Scopri il manuale definitivo per approfondire e insegnare l'Hatha Yoga in modo efficace, sicuro e consapevole.

Questa guida pratica, pensata per insegnanti di yoga, formatori, operatori del benessere e appassionati, affronta con rigore tecnico e chiarezza tutti gli aspetti della disciplina.

Con 68 asana illustrati, oltre 200 fotografie esplicative, video tutorial e sezioni dedicate a pranayama, rilassamento e autoindagine, il manuale è uno strumento indispensabile sia per la pratica personale che per la formazione professionale.

Utilizzato in palestre, scuole, ospedali, centri sportivi e di benessere, questo testo è pensato per rispondere alle esigenze di gruppi eterogenei e fornire agli insegnanti risorse didattiche aggiornate.

Rimaniamo a disposizione per qualsiasi ulteriore chiarimento allo 0461.232337 o 0461.980546

oppure via mail a : servizioclienti@libriprofessionali.it

www.LibriProfessionali.it è un sito di Scala snc Via Solteri, 74 38121 Trento (Tn) P.Iva 01534230220

