

<<艾扬格孕产瑜伽>>

图书基本信息

书名：<<艾扬格孕产瑜伽>>

13位ISBN编号：9787534456800

10位ISBN编号：7534456800

出版时间：2013-4

出版时间：江苏美术出版社

作者：艾扬格

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<艾扬格孕产瑜伽>>

内容概要

艾扬格孕妇瑜伽，作者是印度伟大的瑜伽大师B.K.S Iyengar的女儿Geeta S.Iyengar。此书针对怀孕期及产后18个月的女性应该如何安全且正确的在特殊时期继续练习瑜伽给出了专业性的指导。

本书知识覆盖面丰富，从瑜伽的基本体式，辅助用具的选择，到印度阿育吠陀的饮食疗法，女性

<<艾扬格孕产瑜伽>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>