

<<正宗印度瑜伽2(1VCD)>>

图书基本信息

书名：<<正宗印度瑜伽2(1VCD)>>

13位ISBN编号：9787884083473

10位ISBN编号：7884083477

出版时间：齐鲁电子音像出版社

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>

<<正宗印度瑜伽2(1VCD)>>

内容概要

“瑜伽”这个名词，近年已成为“新纪元”养生与健美的同义词。这种集修神、修身、修德于一身，源自远古印度文化的哲学，是印度智慧对世界文化的一大贡献。

瑜伽是一盏灯，一旦点亮再也不会熄灭，你的练习越好，那盏灯就越亮。

瑜伽体式的练习保持你的身心健康、活跃敏锐。

从欧美到东南亚，年轻一辈都把它奉为都市生活的最佳减压之道。

体位法并不是你所认为的机械的姿势，它包含了思想，并最终帮助你找到身心动静的平衡。

<<正宗印度瑜伽2(1VCD)>>

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>