

image not found or type unknown



# Yoga para todos los días

**Fecha de publicación:** Un libro práctico con ejercicios sencillos e ilustraciones muy modernas  
14/10/2015

**Sello Editorial:** *Yoga para todos los días* nos acerca a una práctica milenaria con la que aprenderemos a relajar la mente y el cuerpo y a alejar las tensiones, para atraer la calma y la felicidad a nuestra vida.  
Zenith

**Contacto de prensa** Mediante consejos y ejercicios sencillos, este libro nos invita a recuperar el equilibrio interior y a vivir plenamente el presente.

**¡Ponte en forma y siéntete mejor con *Yoga para todos los días!***

**Nombre:** Paloma Cordón

**Teléfono:** 93 492 86 33

**Email:**  
pcordon@planeta.es