

image not found or type unknown



## Correo del cuerpo

**Thérèse Bertherat, Carol Bernstein**

**Fecha de publicación:**  
08/05/2018

Liberarnos de nuestras enfermedades físicas y mentales es posible si aprendemos a escuchar atentamente aquello que nuestro cuerpo nos dice.

**Sello Editorial:**  
Ediciones Paidós

En esta ocasión, y habiendo dado un primer paso con la antigimnasia, Thérèse Bertherat y Carol Bernstein nos proponen hacer una escucha activa de aquello que nos dice el cuerpo y asumir la responsabilidad para vivir con todo el cariño y el amor que realmente merecemos.

### Contacto de prensa

**Nombre:** Paloma  
Cordón

**Teléfono:** 93 492 86  
33

**Email:**  
pcordon@planeta.es

image not found or type unknown



### Thérèse Bertherat

**Thérèse Bertherat**, creadora de la anti-gimnasia, es terapeuta y autora de varias obras que han familiarizado a un público muy amplio con la antigimnasia —disciplina que nuestra autora enseña en un instituto de París— y que han alcanzado un éxito sin precedentes en el mundo entero.

Su primer libro, ***El cuerpo tiene sus razones***, publicado en 1976 vendió más de un millón de ejemplares en todo el mundo, provocando un gran interés entre profesionales, deportistas y público en general. Thérèse Bertherat lleva ya más de 30 años enseñando este método en Francia y ha escrito cerca de una decena de títulos. La antigimnasia cuenta con miles de adeptos en todo el mundo.



### Carol Bernstein