

image not found or type unknown



# Wanderlust

**Jeff Krasno**

**Fecha de publicación:**

15/01/2019

**Sello Editorial:**

Libros Cúpula

## Contacto de prensa

**Nombre:** Lola

Escudero

**Teléfono:** 91 423 37

11

**Email:**

lescudero@planeta.es

Una guía ilustrada que pone al alcance de todos el ejercicio y el estilo de vida que arrasa en todo el mundo.

Wanderlust es el festival de yoga creado por Jeff Krasno que arrasa en todo el mundo. Este libro es un mapa de ruta para todas aquellas personas que quieren alcanzar la mejor versión de sí mismos. Una forma distinta de entender el yoga, no solo como ejercicio, sino también como estilo de vida que abarca desde recorrer el mundo, a comer productos locales, vivir de manera sostenible, consumir de forma ética, ser creativo y construir una comunidad en torno a una vida consciente.. Wanderlust es una guía que ayudará al lector a encontrar su yo interior con el fin de equilibrar cuerpo y mente y vivir de manera saludable y consciente.

**Jeff Krasno**