

image not found or type unknown



Yoga para tiesos

Marion Deuchars

Fecha de publicación:

10/01/2024

¿Crees que el yoga solo es para gente flexible? ¡Estos pájaros te demostrarán que no!

Sello Editorial:

Lunwerk Editores

¿Crees que el yoga solo es para gente flexible? ¡Estos pájaros te demostrarán que no!

Contacto de prensa

Si quieres iniciarte en el **yoga** pero crees que es demasiado complicado *Yoga para tiesos* te hará cambiar de opinión. En compañía de un simpático pájaro patilargo y de su polluelo descubrirás cómo hacerlo de una forma amena y divertida.

Nombre: Lola Escudero

A través de los entrañables dibujos de Marion Deuchars aprenderás a **respirar mejor, a relajarte, a estirar** y a incorporar estas prácticas a tu rutina diaria sin esfuerzo y con muchas risas. Cada página te sorprenderá con frases y consejos inspiradores, que te animarán a conectar contigo mismo y con tu cuerpo para mejorar tu **bienestar físico y emocional**.

Teléfono: 91 423 37 11

Email:

lescudero@planeta.es

Atrévete a volar con el yoga y descubre una nueva forma, llena de **humor**, para cuidarte y sentirte mejor. **Si estos pajaritos pueden, tú también lo lograrás.**

Marion Deuchars

Marion Deuchars, autora de la serie superventas *Let's Make Some Great Art*, es una laureada ilustradora escocesa que cuenta con un estilo reconocible en todo el mundo. Su destacable trabajo de rotulación a mano e ilustración se ha utilizado tanto en campañas publicitarias de Samsung y HP como en carteles para la Fórmula 1 y en sellos para el servicio postal de Reino Unido.

Ha recibido seis premios internacionales de diseño e ilustración por sus libros. Es miembro de la Alliance Graphique Internationale y ha sido nombrada Royal Designer for Industry, el mayor reconocimiento de la industria del diseño británica. Vive en el norte de Londres con su marido y sus dos hijos.