



DVD

Titre(s) : Yoga anti-stress [Vidéo].

Editeur(s) : Chateauroux : Arcades, 2019.

Résumé : Ce programme d'une heure contient une série d'exercices de Yoga dédiés à la lutte contre le stress. Ces exercices sont accessibles aux débutants et peuvent également être pratiqués par des adeptes de longue date.

Notes : Prêt + Consultation sur place coll. - Langues: français. - Tous publics. Documentaire : santé.

Sujet(s) : DVD : Droits : Prêt et Consultation Yoga : DVD

Indice(s) : DVD 613.71

Collation : 1 DVD vidéo (60 mn): coul., 16/9, Stéréo



Exemplaires

Support	Bib. actuelle	Section	Localisation	Situation	Cote	Date retour	Code barre
DVD	Neufchâteau	Adultes	Multimédia	En catalogage	Vert		088120003862 68
