

TYTUŁ: **Najlepsze książki o jodze**

CENA: **DO UZGODNIENIA**

PARAMETRY: **Nowy**

DANE KONTAKTOWE:

Sprzedający: **Sensus** (.: Krys :.)

Adres:

Miasto: **Katowice**

Województwo: **śląskie**

Telefon:

OPIS:

Wiele osób, chcąc zacząć swoją przygodę z jogą czy medytacją, zaczyna od razu od praktyki. Tylko najciekawszy sięgają po

lektury z zakresu mindfulness. Księgarnie psychologiczna Sensus oferuje najlepsze książki o jodze i medytacji, a dodatkowo przygotowała artykuł z rankingiem najlepszych książek w tym temacie, aby ułatwić czytelnikom wybór lektury.

Na liście najlepszych książek o jodze znalazło się 5 tytułów polskich autorów. Dzięki zgłębieniu tych lektur można lepiej się przygotować do praktykowania jogi czy medytacji; poznać, jak te praktyki wpływają na nasze zdrowie fizyczne i emocjonalne; pocierpnąć praktycznych porad; w końcu zacząć praktykować mindfulness na co dzień! Serdecznie zapraszamy do zapoznania się z ofertą!

