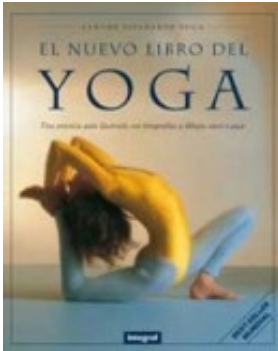


[Actividades](#) > [YOGA](#) > [Libros Yoga](#) >

# El nuevo libro del yoga

publicado a la(s) hace un minuto por Jose Luis



[Comprar Libro](#)

## El nuevo libro del yoga

### Una práctica guía ilustrada con fotografías y dibujos paso a paso

Una edición actualizada de la guía más completa de yoga, avalada por los centros Sivananda. Tanto principiantes como expertos podrán sacar el máximo partido a esta disciplina oriental: conseguir un cuerpo firme, mejorar la salud, aumentar la concentración, etc. Con explicaciones claras e ilustraciones de las diferentes posturas.

Este libro ha sido realizado con la colaboración del Centro Sivananda Yoga.

**Varios Autores** se reúnen para compartir su conocimiento y sabiduría y dar a luz obras colectivas y antológica de gran fuerza vital.