

瑜伽练习 从初学到精进



作者：李晓钟著

出版社：北京：中国青年出版社

出版日期：2005.10

总页数：301

介绍：本书介绍了瑜伽的起源、发展、分类、风格、饮食、音乐、体位、调息、呼吸及瑜伽课程的教授方法等。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/11539250.html>）查找全本阅读方式

瑜伽练习 从初学到精进 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/11539250.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/11539250.html>

书名：瑜伽练习 从初学到精进