瑜珈之路



作者:姚岚著

出版社:上海:上海教育出版社

出版日期: 2009.01

总页数: 111

介绍:瑜珈作为一项历史悠久,蕴涵丰富的健身养生运动,长期以来,倍受世界各国人民的欢迎与喜爱。中国的瑜珈潮流正在随着人们日益加深的健康意识而与日俱增、迅猛发展。珠玛瑜珈作为国内较早进行瑜珈推广的国际连锁机构,为国内瑜珈事业深入展开贡献了巨大的力量,取得了显著的成效。 在广泛倾听各地瑜珈会员心声的基础上,结合实际授课经验,经过多方努力,人们期待已久第三版的瑜珈教材在上海教育出版社的帮助下,又和大家见面了。 作者本着由浅八深、循序渐进的原则,力求科学性、专业性、系统性、普及性,希望在您今后瑜珈之路上有所帮助。 相信,在经过一段时间的练习之后,你一定会惊叹瑜珈无与伦比的神奇和曼妙。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/12209776.html) 查找全本阅读方式

瑜珈之路 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/12209776.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/12209776.html

书名:瑜珈之路