

图书基本信息

书名：<<国际电视系列:蕙兰瑜伽第2套(2VCD)>>

13位ISBN编号：9787799816791

10位ISBN编号：7799816791

出版时间：2006

出版时间：中国国际电视总公司

作者：张蕙兰

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

内容概要

《国际电视系列：蕙兰瑜伽第2套》讲述了被人们亲切地称为当代中国“瑜伽之母”的蕙兰老师，此次将她最新的国际电视系列节目呈献给您。

现在就让我们在蕙兰老师的指导下，练起来吧！

通过这次练习，您可以伸展、增强并使全身充满精力、培养耐力、平衡性和协调性、协调身体内部系统、改善集中能力，净化思绪、在蕙兰瑜伽语音冥想TM中消除压力并体验内在的安宁和快乐。

书籍目录

第五集
第六集
第七集
第八集

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>