

# RELAJACIÓN MUSCULAR PROGRESIVA DE JACOBSON (+QR)



**SCHWARZ, ANJA/SCHWARZ, ALJOSCHA**

**SINOPSIS**

Descarga tu cuerpo y tu mente del estrés y relájate con este método de contracción muscular y respiración consciente...



<b>Editorial</b>	HISPANO EUROPEA
<b>Materia</b>	Mente, cuerpo y espíritu: meditación y visualización
<b>EAN</b>	9788425520228
<b>Status</b>	Disponible
<b>Encuadernación</b>	Tapa blanda
<b>Páginas</b>	64
<b>Tamaño</b>	23x17x0 mm.
<b>Precio (Imp. inc.)</b>	14,00€