

# RELAJACIÓN MUSCULAR PROGRESIVA DE JACOBSON (+QR)



**SCHWARZ, ANJA/SCHWARZ, ALJOSCHA**

**SYNOPSIS**

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>Subject</b>          | Mente, cuerpo y espíritu:<br>meditación y visualización |
| <b>EAN</b>              | 9788425520228   |
| <b>Status</b>           | Disponible  |
| <b>Binding</b>          | Tapa blanda   |
| <b>Pages</b>            | 64  |
| <b>Size</b>             | 23x17x0 mm.   |
| <b>Price (Tax inc.)</b> | 14,00€  |