

## Le Tao de la respiration naturelle de Dennis Lewis

Le Tao de la respiration naturelle  
de Dennis Lewis (Ed. le Club)

Pour tout savoir des mécanismes aux espaces respiratoires, des respirations aux émotions en passant par la relaxation, l'énergie, la santé du corps et de l'esprit ; un ouvrage facile mais précis, pratique à utiliser.