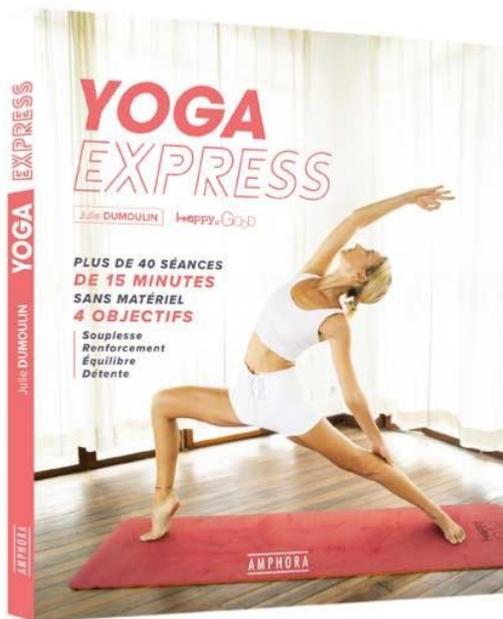


Manuel - Yoga express



Codes produits :

Référence 269138

caractéristiques du produit :

Description brève du produit :

Yoga express : votre livre, votre coach, votre salle de sport !

Description du produit :

Yoga express - Bien dans mon corps, bien dans ma tête

Avec le manuel Yoga Express, pratiquez où vous voulez, quand vous voulez. Définissez et organisez vos routines d'entraînement.

- Des séances de 12 à 15 minutes sans matériel
- 3, 4, 5 Séances par semaine selon vos disponibilités
- 4 Objectifs selon vos besoins et envies (souplesse, renforcement, équilibre, détente)

112 pages

Attributs du produit :