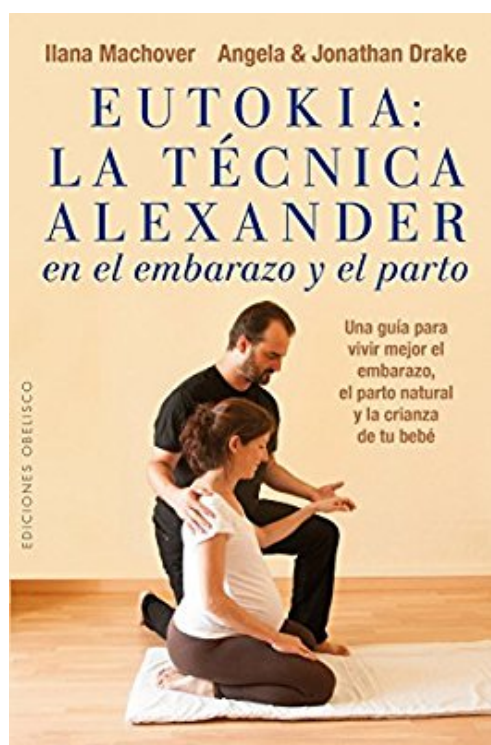




Eutokia La Tecnica Alexander En El Embarazo Y El Parto/ The Alexander Technique Birth Book



Télécharger



Lire En Ligne

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Eutokia La Tecnica Alexander En El Embarazo Y El Parto/ The Alexander Technique Birth Book

ILANA MACHOVER, ANGELA DRAKE, JONATHAN DRAKE

Eutokia La Tecnica Alexander En El Embarazo Y El Parto/ The Alexander Technique Birth Book
ILANA MACHOVER, ANGELA DRAKE, JONATHAN DRAKE



Télécharger [Eutokia La Tecnica Alexander En El Embarazo Y El P ...pdf](#)



Lire en ligne [Eutokia La Tecnica Alexander En El Embarazo Y El ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Eutokia La Técnica Alexander En El Embarazo Y El Parto/ The Alexander Technique Birth Book ILANA MACHOVER, ANGELA DRAKE, JONATHAN DRAKE

272 pages

Présentation de l'éditeur

Esta práctica y bien ilustrada obra te muestra cómo prepararte para el embarazo y el parto con la Técnica Alexander, un nuevo e inspirador enfoque que engloba todos los aspectos de la maternidad. El libro muestra también cómo una mejora global del equilibrio y el movimiento puede transformar tu experiencia de embarazada y aportar a tu salud y a la de tu bebé incontables beneficios. Los autores, además de explicar que numerosos problemas de salud asociados al embarazo están relacionados con un uso inapropiado del cuerpo, detallan cómo debemos utilizar la Técnica Alexander con el fin de lograr un parto más natural y reducir la necesidad de intervenciones médicas. Asimismo, ofrecen consejos muy útiles para volver a estar en forma tras el parto y criar bien a tu hijo. Biographie de l'auteur

Ilana Machover es profesora titulada de la Técnica Alexander y también de la Terapia del Movimiento Rítmico de Medau, así como miembro fundadora de Doula UK, la asociación pionera de Doulas en el Reino Unido. Desde 2004 es la directora de formación del Alexander Technique School. Angela Drake recibió en 1985 clases de Técnica Alexander, lo cual fue para ella de un valor inestimable durante el embarazo y el parto, además de constituir un gran apoyo para hacer frente a su vida familiar. Su principal implicación en el libro ha sido llevar a cabo la labor de revisión de textos. Jonathan Drake es médico de profesión, estuvo trabajando durante varios años en temas de educación de la salud, más tarde, en 1982, se formó como profesor de la Técnica Alexander. Es autor de las obras *The Alexander Technique in Everyday Life* y *Guide to the Alexander Technique*. Es además profesor de Tai Chi y especialista en ergonomía del ámbito laboral. Download and Read Online Eutokia La Técnica Alexander En El Embarazo Y El Parto/ The Alexander Technique Birth Book ILANA MACHOVER, ANGELA DRAKE, JONATHAN DRAKE #KJ9GFIYE51B

Lire Eutokia La Tecnica Alexander En El Embarazo Y El Parto/ The Alexander Technique Birth Book par ILANA MACHOVER, ANGELA DRAKE, JONATHAN DRAKE pour ebook en ligneEutokia La Tecnica Alexander En El Embarazo Y El Parto/ The Alexander Technique Birth Book par ILANA MACHOVER, ANGELA DRAKE, JONATHAN DRAKE Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Eutokia La Tecnica Alexander En El Embarazo Y El Parto/ The Alexander Technique Birth Book par ILANA MACHOVER, ANGELA DRAKE, JONATHAN DRAKE à lire en ligne.Online Eutokia La Tecnica Alexander En El Embarazo Y El Parto/ The Alexander Technique Birth Book par ILANA MACHOVER, ANGELA DRAKE, JONATHAN DRAKE ebook Téléchargement PDFEutokia La Tecnica Alexander En El Embarazo Y El Parto/ The Alexander Technique Birth Book par ILANA MACHOVER, ANGELA DRAKE, JONATHAN DRAKE DocEutokia La Tecnica Alexander En El Embarazo Y El Parto/ The Alexander Technique Birth Book par ILANA MACHOVER, ANGELA DRAKE, JONATHAN DRAKE MobipocketEutokia La Tecnica Alexander En El Embarazo Y El Parto/ The Alexander Technique Birth Book par ILANA MACHOVER, ANGELA DRAKE, JONATHAN DRAKE EPub

KJ9GFIYE51BKJ9GFIYE51BKJ9GFIYE51B