



Gymnastique du visage : Le coaching facial, une méthode anti-âge



Télécharger



Lire En Ligne

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

Téléchargez et lisez en ligne Gymnastique du visage : Le coaching facial, une méthode anti-âge Alain Pénichot

112 pages

Présentation de l'éditeur

Découvrez une étonnante méthode énergétique associant la gymnastique faciale, le travail des points réflexes, la relaxation et la détente, grâce à des exercices pratiques et des recettes naturelles qui vous aideront à améliorer votre bien-être. Vous découvrirez comment entretenir la vitalité de votre visage et votre forme générale. "La faciale-gym" est un subtil dosage de réflexologie faciale et "d'accommodation oculaire". C'est une automédication naturelle que chacune peut s'appliquer à elle-même. Elle consiste en des stimulations des points réflexes et s'applique à tonifier les muscles du visage, tout en relaxant l'ensemble. Rajeunissement et santé, tel est l'enjeu de cette approche. Envisagez la vie avec bonne humeur et faites du temps votre allié! Ce livre nous permet de passer les âges de la vie avec joie, estime et confiance. Biographie de l'auteur Praticien diplômé en techniques du bien-être, Alain Pénichot est auteur, formateur en esthétique, consultant auprès des centres de yoga, thalasso, remise en forme...

Download and Read Online Gymnastique du visage : Le coaching facial, une méthode anti-âge Alain Pénichot #I7QAFBUXDKM

Lire Gymnastique du visage : Le coaching facial, une méthode anti-âge par Alain Pénichot pour ebook en ligneGymnastique du visage : Le coaching facial, une méthode anti-âge par Alain Pénichot 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 Gymnastique du visage : Le coaching facial, une méthode anti-âge par Alain Pénichot à lire en ligne.Online Gymnastique du visage : Le coaching facial, une méthode anti-âge par Alain Pénichot ebook Téléchargement PDFGymnastique du visage : Le coaching facial, une méthode anti-âge par Alain Pénichot DocGymnastique du visage : Le coaching facial, une méthode anti-âge par Alain Pénichot MobipocketGymnastique du visage : Le coaching facial, une méthode anti-âge par Alain Pénichot EPub

I7QAFBUXDKMI7QAFBUXDKMI7QAFBUXDKM