



Livre

**Auteur(s)** : Jouanne, Elisabeth (Auteur); Green, Ilya (1976-...) (Illustrateur)

**Titre(s)** : 100 % yoga des petits : bien dans son corps, bien dans sa tête / Elisabeth Jouanne ; illustrations Ilya Green.

**Editeur(s)** : Paris : Bayard Jeunesse, 2015.

**Résumé** : Un livre sous forme de chevalet accompagné d'un DVD pour présenter 45 enchaînements de façon très claire pour les petits, étape par étape. Ils sont regroupés selon des thématiques comme par exemple les rituels du matin, s'assouplir et se muscler ou encore calme et concentration.

**Notes** : 1RLPE. - JAg0399.

**Sujet(s)** : Hatha-yoga pour enfants Yoga JnDArts



## Exemplaires

Support	Cote	Section	Localisation	Situation	Date de retour	Marqueur
Livre	613.7 JOU	Jeunesse	Bibliothèque	Disponible		