



IO MI CURO CON IL MASSAGGIO TIBETANO

di Nida **CHENAGTSANG** (già autore de
Il tesoro della salute, con Giuseppe Coco)

ISBN: 9788897016816

Collana: 17X24

Formato: 17x24 cm.

Pagine: 144 a colori, patinate e illustrate

Prezzo: € 14.00

In libreria da: luglio-settembre 2014

ISBN 978-88-97016-81-6



9 788897 016816 >

Manuale riccamente illustrato a colori per sconfiggere la malattia del secolo, lo stress, grazie all'antico massaggio tibetano. Il manuale spiega i benefici del farsi trattare da un esperto e insegna ad auto-massaggiarsi, per conseguire il benessere psico-fisico, alleviare i disturbi dello stress ed equilibrare mente e corpo. Oltre a tecniche dolci di digitopressione prevede, fra le altre, l'uso di oli e l'armonizzazione articolare. Un insegnamento proveniente dalla più antica e saggia medicina del mondo, quella tradizionale tibetana.

L'AUTORE

Nida Chenagtsang, direttore e fondatore dell'Accademia Internazionale per la Medicina tibetana, è nato in Tibet. Si è laureato con lode all'università di Medicina tibetana di Lhasa, che gli ha conferito un Master Degree per la sua ricerca sul Ku Nye. Per Infinito edizioni ha pubblicato, con Giuseppe Coco, *Il tesoro della salute*, 2009.



Dello stesso autore:

Nida Chenagtsang,
Giuseppe Coco

Il tesoro della salute

Infinito edizioni
ISBN 9788889602546
€ 13.00