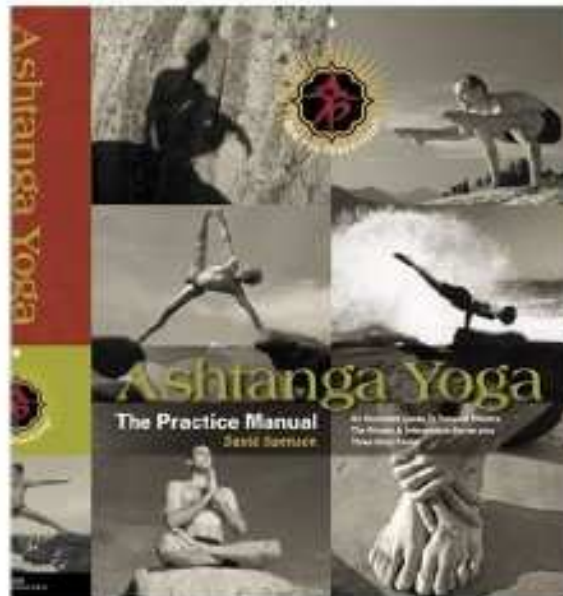




NOUVEAU !

Le Manuel Pratique de David SWENSON

EN FRANCAIS



Il existe très peu de littérature sur l'ashtanga yoga en langue française. Le meilleur ouvrage vient d'être traduit. Le manuel pratique de David Swenson, contenant photos de postures et options pour les 1^{ère} et 2^{ème} séries ashtanga, ainsi que des formes de pratique courte, et de la théorie sur bandhas et respiration.

En vente au Samasthiti Studio au prix de

27 €

Samasthiti Studio – 23 rue de la Cerisaie – 75004 PARIS