

The book cover features a central white circle containing the title. The background is a light blue sky with green hills at the bottom. A child with brown hair, wearing a white shirt and dark pants, is sitting in a meditative pose on a large pink lotus flower. To the left, a blue owl with yellow spots sits on a brown branch. To the right, a brown and orange butterfly is flying. The left edge of the cover has an orange border with a white dotted pattern. There are also some green and orange leaves scattered around the central circle.

Meu primeiro  
Livro de  
**IOGA**

CHRISTIANE ENGEL

Tradução de  
**FERNANDO NUNO**

## Resumo de Meu primeiro livro de ioga

Rasteje como o crocodilo, alongue-se como a raposa, curve-se como o tigre! Descubra as relações entre a natureza e essa prática milenar e aprenda as posturas básicas da ioga de um jeito leve e divertido.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)