



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](#)