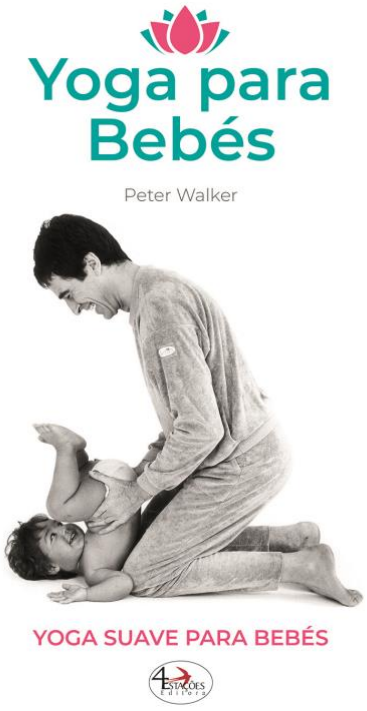
EQUINÓCIO DA PRIMAVERA
Saúde Natural

YOGA PARA BEBÉS
PETER WALKER

NOVIDADE
22 SETEMBRO 2020



Desde o nascimento, todos os bebés devem alongar os músculos para ganhar elasticidade e abrir as articulações para torná-las flexíveis.
Yoga para Bebés é um livro agradável em que as 30 posturas de Yoga, ilustradas podem ser feitas com o seu bebé vestido ou sem roupa, Ao massajar, com ou sem óleo, utilize um toque suave.

Este livro ilustrado foi criado a pensar nos pais e nos seus filhos.
Vai mostrar-lhe como manter um toque de amor quando faz massagens e ajuda o seu bebé a desfrutar de alguns alongamentos fundamentais que lhe permitirão melhorar a flexibilidade e o crescimento saudável, enquanto fortalece os músculos e as articulações do corpo. A energia, a flexibilidade e a força são os três ingredientes mágicos presentes em todos os movimentos.
A flexibilidade assegura um corpo forte e equilibrado.
As instruções simples que acompanham cada foto irão mostrar-lhe a melhor forma de ajudar o seu bebé a criar e a manter um corpo forte, bem equilibrado e ágil à medida que se desenvolve.
É fundamental que tudo seja feito como se tratasse de uma atividade lúdica com o seu filho. E principalmente, divirtam-se! Esta é uma atividade que deve ser agradável tanto para os pais como para os filhos.
Peter Walker é autor de *Massagens para Bebés*, uma edição da 4Estações Editora.

Marketing Editorial
4 Estações Editora
boasleituras@castordepapel.pt

76 Páginas
Pvp:c/Iva 14.90€ Pvp s/Iva: 14.06€
Formato: 16x24 Peso: 240 g.
ISBN: 978-989-8761-76-7

Peter Walker
É um terapeuta experiente, que possui mais de quarenta anos de prática em vários países, como Inglaterra, Japão, Austrália e Portugal. Publica artigos sobre o tema em Jornais importantes de alguns países e em revistas da especialidade. Autor de renome internacional já publicou sete livro (sobre massagens, ginástica e relaxamento para bebés) com edições de sucesso em vários idiomas.