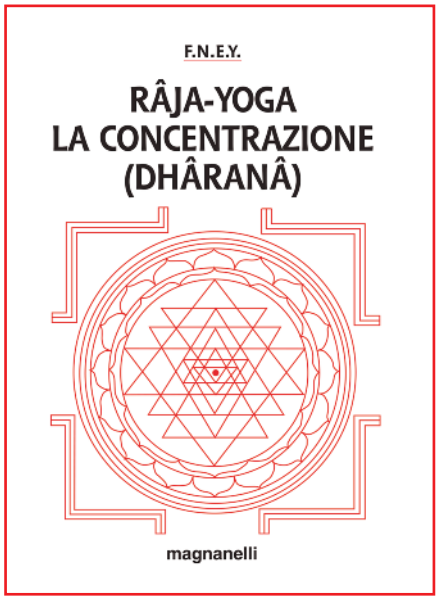
MAGNANELLI EDIZIONI - RISTAMPE MARZO 2019

Collana	TECNICHE DEL CORPO E DELLA MENTE
Autore	FNEY
Titolo	**Hatha-yoga: posizioni capovolte**
Formato	cm. 15 x 21
Pagine	192
Veste editoriale	brossura
Prezzo	€ 15,00 NUOVO PREZZO
Codice ISBN	978-88-8156-034-9

Argomento

Questo testo, nato come un nuovo strumento pedagogico, presenta uno degli aspetti più caratteristici dello Yoga.
Le posizioni capovolte costituiscono una sfida, lanciata alle leggi dell'equilibrio, alle abitudini, ai condizionamenti sociali e culturali
Frutto del lavoro di équipe di alcuni tra i più noti insegnanti europei, il testo approfondisce gli aspetti biomeccanici e fisiologici, simbolici, didattici e pedagogici di questo genere di esercizio.



Collana	TECNICHE DEL CORPO E DELLA MENTE
Autore	FNEY
Titolo	**Râja-yoga - La concentrazione (dhâranâ)**
Formato	cm. 15 x 21
Pagine	207
Veste editoriale	brossura
Prezzo	€ 15,00 NUOVO PREZZO
Codice ISBN	978-88-8156-076-9

Argomento

L'analisi dei testi tradizionali dello Yoga e del Tantrismo, l'esame dei differenti supporti per la concentrazione (*yantra*, *mandala*, *mantra*, ecc.), lo studio neurofisiologico degli stati di coscienza indotti dalla concentrazione e dalla meditazione, il confronto con le altre tradizioni spirituali (Buddhismo, Cristianesimo, Islam) lo rendono uno strumento culturale di grande utilità non soloper i cultori di Yoga, ma anche per tutti coloro che si avvicinano alla meditazione come via di ricerca interiore.

Collana	TECNICHE DEL CORPO E DELLA MENTE
Autore	Gabriella Cella - Fiorenza Zanchi
Titolo	**Yoga e maternità**
Formato	cm. 17 x 24
Pagine	155
Veste editoriale	brossura
Prezzo	€ 16,00
Codice ISBN	978-88-8156-156-8

Argomento

Un manuale, in cui vengono accolti e sintetizzati i risultati della medicina occidentale e la straordinaria lezione del sapere orientale. Accurate spiegazioni e alcune informazioni mediche fondamentali guidano la donna nella conoscenza delle trasformazioni che stanno avvenendo nel suo corpo; le posizioni yoga consigliate – adatte alla donna incinta e facilmente eseguibili grazie alle fotografie che le illustrano – l'aiutano a riconoscere e ad assecondare le nuove esigenze che sorgono in lei, consentendole di giungere al parto con una piena consapevolezza di ciò che sta accadendo e un buon equilibrio psicofisico.