


# LOS MUDRAS DE LAS EMOCIONES

BIANCO, SILVIA

EIFIS

**Materia:** DEPORTES, OCIO Y TIEMPO LIBRE
**Colección:** SIN COLECCION
**Encuadernación:** RUSTICA
**PVP:** 13.90 €
**EAN:** 9788875173432
**Páginas:** 112
**Tamaño:** 120x168 mm.

---

*Ya sea en el tráfico, en casa, en la oficina o esperando el bus, estas sencillas posturas de yoga de las manos nos ayudan a recuperar el equilibrio, la tranquilidad y el bienestar.*

- Es un libro sencillo, muy visual y práctico.
- El enfoque es muy original, ya que es el primer libro de mudras especializado en las emociones.
- Silvia Bianco, autora del libro Incense & Smudge, ya tiene un público fiel en Italia que sigue con interés todas sus actividades.

**Silvia Bianco**



Silvia Bianco, Estudió Ayurveda en la India, Italia y Francia, y se especializó en diversas técnicas de masaje. Formada por Loretta Zanuccoli como profesora PHYL®, es propietaria de un Concept Store para el Bienestar Holístico (Cardamomo) en Milán.