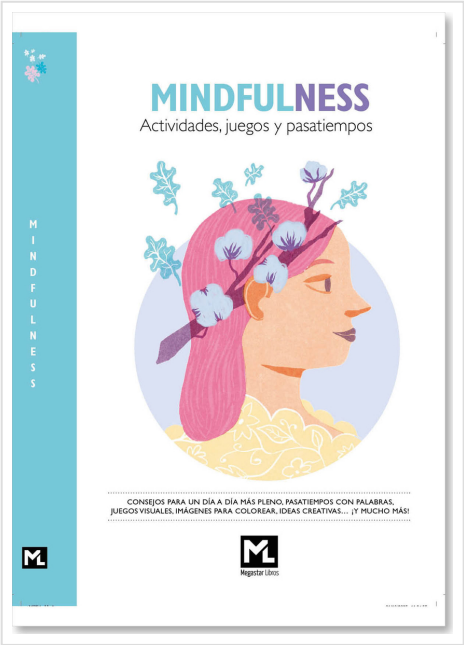

Mindfulness - Actividades, juegos y pasatiempos

AA.VV.

MEGASTAR EDITORIAL

Materia: ACTIVIDADES, MANUALIDADES Y PASATIEMPOS
Colección: SIN COLECCION
Encuadernación: RUSTICA
PVP: 12.95 €
EAN: 9789493482159
Páginas: 160
Tamaño: 170x240 mm.

Sinopsis

MINDFULNESS MINDFULNESS - Actividades, juegos y pasatiempos está repleto de consejos para vivir un día a día más pleno, ideas creativas, pasatiempos con palabras, juegos visuales, imágenes para colorear... ¡y mucho más! Si buscas recuperar el ritmo de tus pasos y conectar con tu interior, en este libro encontrarás un refugio para la mente. Acomódate en tu rincón favorito y disfruta de un momento consciente.