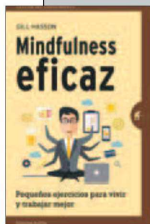


Más **NOVEDADES**



MINDFULNESS EFICAZ

Gill Hasson.

Ediciones Urano, 2015.

128 págs. Rústica. 12,50 €.

Más de 100 ejercicios fáciles y prácticos para utilizar en cualquier momento y lugar. Con ellos aprenderás a controlar el estrés, recuperar la calma y ser más