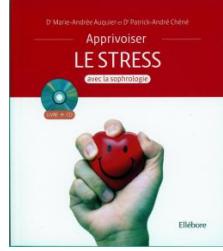


## Bibliothèques de Compiègne - Recherche Ellébore

Livre

**Titre :** 6 semaines pour en finir avec le mal de dos : + de 100 exercices pour muscler, assouplir et étirer son dos  
**Auteur :** Engammare, Brigitte  
**Editeur :** Ellébore  
**Date édition :** DL 2017  
**Support :** Livre



**Titre :** Apprivoiser le stress avec la sophrologie  
**Auteur :** Auquier, Marie-Andrée (19...-..)  
**Editeur :** Ellébore  
**Date édition :** DL 2021  
**Support :** Livre CD

Livre DVD

**Titre :** La gym douce senior  
**Auteur :** Choque, Jacques (1952-....)  
**Editeur :** Ellébore  
**Date édition :** cop. 2015  
**Support :** Livre DVD

Livre DVD

**Titre :** Massage du bébé et de la femme enceinte  
**Auteur :** Bernard Stacke, Brigitte  
**Editeur :** Ellébore  
**Date édition :** DL 2016  
**Support :** Livre DVD

Livre DVD

**Titre :** Tai Chi Chuan style Chen : harmoniser le corps et l'esprit  
**Auteur :** Ming Shan  
**Editeur :** Ellébore  
**Date édition :** 2020  
**Support :** Livre DVD