
Bibliothèques de Compiègne - Recherche Ellébore

Livre

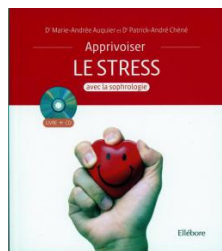
Titre : 6 semaines pour en finir avec le mal de dos : + de 100 exercices pour muscler, assouplir et étirer son dos

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
