

1. Record Nr.	UNINA9910159650203321
Autore	Mac John
Titolo	Relaxation absolue / / John Mac
Pubbl/distr/stampa	Copenhagen K., : SAGA Egmont, 2012
ISBN	2-8211-0238-0
Edizione	[Unabridged.]
Descrizione fisica	1 online resource (1 audio file) : digital
Classificazione	SEL027000
Altri autori (Persone)	ProstFabienne
Soggetti	Nonfiction Self-Improvement
Lingua di pubblicazione	Francese
Formato	Audiolibro
Livello bibliografico	Monografia
Note generali	Unabridged.
Sommario/riassunto	Dans un monde où les sujets de stress et d'anxiété ne manquent pas, notre collection " Relaxation guidée et musique " va vous aider à retrouver une certaine sérénité, un véritable bien être intérieur à l'écoute de nos exercices de relaxation et de nos musiques. Une voix paisible, une musique apaisante, et c'est tout un univers de quiétude intérieure qui s'ouvre en vous. L'objectif de nos différents titres est tout simplement de vous aider à vous détendre, à vous relaxer et à vous endormir.