

1. Record Nr.	UNINA9910160317103321
Autore	Ajmera Ananta Ripa
Titolo	The ayurveda way : 108 practices from the world's oldest healing system for better sleep, less stress, optimal digestion, and more // by Ananta Ripa Ajmera
Pubbl/distr/stampa	North Adams, Massachusetts : , : Storey Publishing, , 2017 ©2017
ISBN	1-61212-819-X
Descrizione fisica	1 online resource (257 pages) : color illustrations, photographs
Disciplina	615.5/38
Soggetti	Medicine, Ayurvedic Self-care, Health
Lingua di pubblicazione	Inglese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di bibliografia	Includes bibliographical references and index.