

1. Record Nr.	UNINA9910160697803321
Autore	Pitschula Sabine
Titolo	Pilates Sonnen Reisen ins Glück : Wege zur Entspannung, Stressbewältigung und zum Krankheitsmanagement
Pubbl/distr/stampa	Ahrensburg : , : tredition Verlag, , 2017 ©2017
ISBN	3-7345-9006-X
Descrizione fisica	1 online resource (46 pages)
Lingua di pubblicazione	Tedesco
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Nota di contenuto	Intro -- Titel -- Impressum -- Inhalt -- Stress -- Wege zur Ruhe -- Pilates als Methode des Stressmanagements -- Frühling -- Sommer -- Herbst -- Winter -- Autoreninformation.