



Détox ayurvédique

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Détox ayurvédique

Falguni Vyas, Corinne Dupont

Détox ayurvédique Falguni Vyas, Corinne Dupont

 [Télécharger Détox ayurvédique ...pdf](#)

 [Lire en ligne Détox ayurvédique ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Détox ayurvédique Falguni Vyas, Corinne Dupont

256 pages

Présentation de l'éditeur

La médecine ayurvédique, née il y a plus de 5 000 ans en Inde, constitue une approche globale de notre santé, orientée sur la prévention. Elle prend en compte non seulement le corps, mais aussi l'esprit et le mental de l'individu pour assurer équilibre et longévité.

En suivant une diététique simple et savoureuse, vous bénéficierez d'un véritable effet "détox" au quotidien.

Découvrez plus de 40 épices, plantes et autres produits ayurvédiques, dont l'usage régulier est bénéfique pour votre organisme, selon votre profil.

55 recettes végétariennes sont proposées pour varier les plaisirs : bouillons et potages, salades, plats chauds, petites préparations diverses, plats sucrés, mélanges d'épices digestifs, boissons froides et chaudes.

Biographie de l'auteur

Falguni Vyas enseigne le yoga, l'Ayurvéda et la cuisine/diététique ayurvédique. Elle détermine le dosha de ses patients, afin de leur donner les conseils d'hygiène alimentaire personnalisés. Elle travaille au centre de yoga et ayurveda Tapovan, lieu créé il y a plus de 30 ans.

Corinne Dupont, co-fondatrice du centre Tapovan en 1983 avec Kiran Vyas et Chantal Signovert, a longuement sillonné l'Inde et s'est immergée dans sa culture. L'ayurvéda est, selon elle, par sa profondeur, sa logique, et sa dimension universelle un des plus beaux cadeaux de l'Inde à l'occident.

Download and Read Online Détox ayurvédique Falguni Vyas, Corinne Dupont #7UOXLWAMNEB

Lire Détox ayurvédique par Falguni Vyas, Corinne Dupont pour ebook en ligne Détox ayurvédique par Falguni Vyas, Corinne Dupont Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Détox ayurvédique par Falguni Vyas, Corinne Dupont à lire en ligne. Online Détox ayurvédique par Falguni Vyas, Corinne Dupont ebook Téléchargement PDF Détox ayurvédique par Falguni Vyas, Corinne Dupont Doc Détox ayurvédique par Falguni Vyas, Corinne Dupont Mobipocket Détox ayurvédique par Falguni Vyas, Corinne Dupont EPub

7UOXLWAMNEB7UOXLWAMNEB7UOXLWAMNEB