



# Leseprobe

Rita Trieger

## Yoga 50 plus

Heilsame Übungen gegen  
Rücken- und  
Nackenschmerzen

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 9,99 €



---

Seiten: 176

Erscheinungstermin: 28. Mai 2013

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

*Silver Generation*

*YOGA 50 plus*

*10-Minuten-Übungen bei Nacken- und Rückenschmerzen*



RITA TRIEGER

**B**assermann

