



DR. DAVID O'HARE

COHERENCIA CARDIACA PARA NIÑOS



47 RESPI-RUTINAS
PARA DOTAR DE SUPERPODERES
A VUESTROS HIJOS



Dr. David O'Hare

COHERENCIA CARDIACA PARA NIÑOS

47 respi-rutinas para dotar de
superpoderes a vuestros hijos

Pvp: € 18,90 (18,17 sin IVA)

Fecha: **Febrero 2020**

Páginas: 208 a colores

Rústica 17 x 24

ISBN 9788417080587

Ibic: VXA, VFXC

ISBN: 978-8417080587



9 788417 080587

- Para enseñar a los niños a entrar en un estado de equilibrio psico-emocional a través de respiración y música
- Con 47 juegos respiratorios que permiten al adulto guiar la respiración del niño



El Autor

El Dr. DAVID O'HARE es médico y experto de fama mundial en "Coherencia cardiaca", que es el estudio de la correlación entre los latidos del corazón, la respiración y el bienestar mental y físico.

Forma a terapeutas y educadores en el instituto David O'Hare.

DE LA MISMA
COLECCIÓN

CUIDA LA VISTA
DE TU HIJO

ISBN 9788417080471

14,90 €



106 • COHERENCIA CARDIACA PARA NIÑOS

LAS RESPI-RUTINAS • 107

Coherencia cardiaca para niños está dirigido a padres, educadores y cuidadores. Esta guía práctica os ayudará a instalar y reforzar recursos psicológicos que les serán útiles a los niños (de 2 a 11 años) durante toda su vida.

La coherencia cardiaca ayuda al niño a calmarse, a concentrarse, a aumentar su atención y su confianza en sí mismo, mejora su aprendizaje y su memoria y favorece su resiliencia.

www.macroediciones.com

comunicación@macroediciones.com