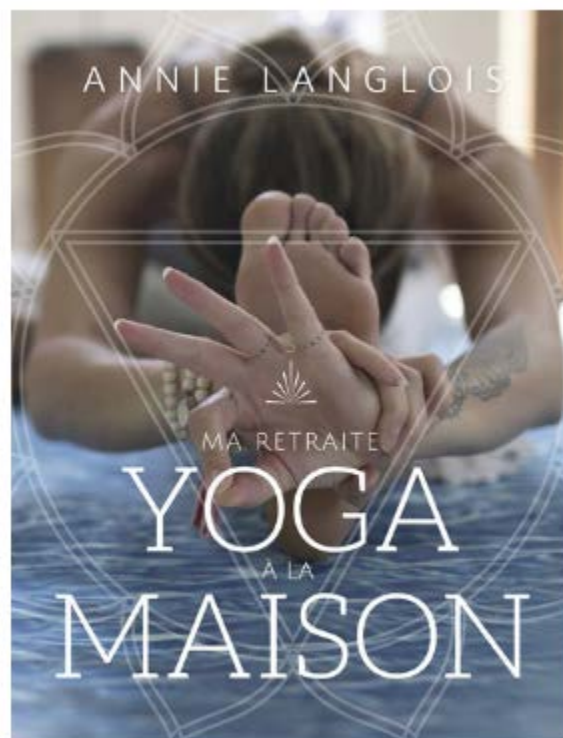


Les coups de coeur de l'équipe en janvier



Coup de coeur d'Allyson Gourdon Déchaux (Chef de section Art de Vivre)

Ma retraite yoga à la maison, 26,95\$ Amateurs de yoga, ce livre-ci fera votre bonheur! L'auteure Annie Langlois, cofondatrice de la plateforme de yoga interactive Mon Yoga Virtuel, propose un ouvrage permettant de faire une retraite de yoga dans le confort de son foyer, pour ceux qui n'ont pas le temps ou les moyens de se rendre à des cours en dehors de leur domicile. Le livre est extrêmement bien organisé, très clairement expliqué et facile à suivre. En plus d'être un bel ouvrage à feuilleter.