



## CONSTRUIRE SON CORPS AVEC L'OSTÉO ÉVEIL ET LA BIOTENSÉGRITÉ

Michèle Tarento

Éditions Sully 2016 -396 pages - 56 €

Pour aller plus loin, après l'article page 30 du présent numéro, dans le propos de Michèle Tarento, médecin osthéopathe, on peut se plonger dans cet ouvrage très approfondi. Les tissus osseux, les diaphragmes, la peau, le larynx... Michèle convie à des promenades dans le corps et à une grille de sa lecture utilisant le concept de la biotenségrité emprunté au modèle architectural, dans une perspective de conscientisation et de réveil. Chaque chapitre associe théorie et pratiques. Cet ouvrage scientifique est abordable par des non spécialistes et peut fournir des éclairages précieux pour la pratique du yoga ; il intéressera, entre autre, ceux qui pratiquent le yoga du son. *Infos Yoga*