МБУК ЦБС
г. ТАГАНРОГА
ЦГПБ имени А. П. Чехова

г. Таганрог
ул.Греческая 105
ком. 208

Телефон: (340-318)

Эл. почта: medik@taglib.ru

МБУК ЦБС
г. ТАГАНРОГА
ЦГПБ имени А. П. Чехова

Отдел «Центр естествознания и медицины»

СОЗИДАТЕЛЬНАЯ СИЛА ДЫХАНИЯ

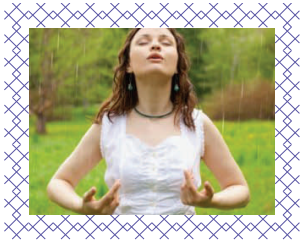
РЕКОМЕНДАТЕЛЬНЫЙ СПИСОК

ТАГАНРОГ 2012

Созидательная сила дыхания: рекомендательный список литературы / сост. Н. А. Назарько. - Таганрог: ЦГПБ имени. А. П. Чехова. ЦЕМ, 2012. - 8с., ил.

19. 53.59

Щ70 *Щетинин, М. Н. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой: книга-билет: [фотоуроки: полный курс] / Михаил Щетинин .- М. : Метафора .- 2008.-239 с. .- (Серия: Российские Методики Самоисцеления. 1) .- (8;)*



13. 53.59
П23 *Палош, Ш. Китайское искусство целительства: история и практика врачевания от древности до наших дней / Ш. Палош.- М. : Центрполиграф .- 2002.-282 с. .- (ЦЕМ; ЦЕМ; ЧЗ; 3; 6; 10;)*

14. 53.59
П64 *Потапов, А. Нужен ли рецепт на дыхание? / А. Потапов.- Ростов н/Д : Феникс .- 2006.-94 с. .- (Медицина для вас) .- (ЦЕМ;)*

15. 53.59
С89 *Суини, Г. Дыхательная йога: самые эффективные дыхательные упражнения / Гита Суини .- Ростов-на-Дону .- Краснодар : Феникс : Неоглори .- 2009.-250, [4] с. .- (Уроки велнеса) .- (ЦЕМ;)*

16. 53.58
Т40 *Тилл, М. Целебная сила дыхания / М. Тилл .- Мн. : Попурри .- 2002.-128 с. .- (Здоровье в любом возрасте) .- (ЦЕМ;)*

17. 75.715
Т65 *Травников, А. Дыхательно-энергетический тренинг по системе спецназа КГБ / А. Травников.- Ростов-на-Дону : Феникс .- 2006.—240 с. .- (По системе спецназа) .- (10;)*

18. 53.58
Ф15 *Фадеева, А. Новые программы дыхательной гимнастики по Стрельниковой / Анастасия Фадеева .- Санкт-Петербург [и др.] : Питер .- 2010.-158, [1] с. .- (Семейный доктор) .- (ЦЕМ;)*

Современная медицина считает, что правильное дыхание - ключ к хорошему самочувствию и действенный фактор оздоровления и повышения физической выносливости.

Человек использовал дыхательные упражнения с древнейших времен. В различные эпохи менялось отношение к подобным занятиям, но интерес к ним всегда существовал.

В мире существует около 900 приемов и техник дыхательной гимнастики сориентироваться в таком многообразии поможет данный рекомендательный список.

1. 53.59
А65 *Андреев, Ю. А. Твое волшебное дыхание / Юрий Андреев .- Москва [и др.] : Питер .- 2005.-154 с. .- (ЦЕМ;)*

2.75.6
А.94 *Афанасьев, П. А. Пранаяма - искусство дыхания йогов / П. А. Афанасьев.- Таганрог : Эсперо .- 1996.-46 с. .- (Школа "Йога Садхана Ашрам") .- (ЧЗ; АБ;)*

3. 53.59
В45 *Вилунас, Ю. Г. Рыдающее дыхание - здоровье без лекарств / Юрий Вилунас .- Санкт-Петербург [и др.] : Питер .- 2010.-317, [1] с. .- (Тропинка к здоровью) .- (ЦЕМ;)*

4. 53.59
Д87 *Дыхательная гимнастика: энциклопедия / [авт.-сост. Н. Н. Севостьянова] .- Москва : АСТ .- 2009.-253 с. .- (ЦЕМ;)*

5. 53.57
И20 *Иванов, Ю. М. Как улучшить свое физическое и душевное здоровье: экстрасенс учит целительству / Ю. М. Иванов.- М. : Центрполиграф .- 2000.-462 с. .- (ОЕФ; ЦЕМ; 3; 5; 10;)*

6. 53.59
И59 *Ингерлейб, М. Б. Все дыхательные гимнастики в одной книге: [дыхательная гимнастика Стрельниковой А.Н., эндогенное дыхание, "рыдающее дыхание", методика Бутейко К.П., система Кацудзо Ниши и многие другие] / М.Б. Ингерлейб .- Москва .- Владимир : АСТ : Астрель : ВКТ .- 2010.- 309, [5] с. .- (ЦЕМ; 7;)*

7. 53.59
К14 *Казьмин, В. Д. Дыхательная гимнастика / В.Д. Казьмин .- Ростов-на-Дону : Феникс .- 2000.-222, [1] с. .- (Серия "Панацея") .- (ЦЕМ;)*

8. 53.59
К17 *Кале-Жермен, Б. Все о правильном дыхании и дыхательных техниках: пер. с фр. / Бландин Кале-Жермен .- Москва : АСТ : Астрель .- 2008.-219 с. .- (ЦЕМ;)*

9. 53.59
К61 *Колобов, Ф. Г. Доктор Бутейко: созидательная сила дыхания и мышления / Ф. Г. Колобов .- Ростов н/Д : Феникс .- 2006.-174 с. .- (Качество жизни) .- (АБ; ЦЕМ;)*

10. 53.59
К61 *Колобов, Ф. Г. Дыхание по Бутейко: [метод волевой ликвидации глубокого дыхания, философская система известного доктора К.П. Бутейко] / Ф.Г. Колобов .- Москва .- Донецк : АСТ : Сталкер .- 2005.-120 с. .- (Рецепты здоровья) .- (ЦЕМ)*

11. 53.59
Л13 *Лавров, Н. Н. Дыхание по Стрельниковой / Н. Н. Лавров, М. М. Бубличенко.- Ростов н/Д : Феникс .- 2005.- 124 с. .- (Панацея) .- (АБ; ЦЕМ; ЦЕМ;)*

12. 53.59
П14 *Палош, Ш. Китайское искусство целительства: история и практика врачевания от древности до наших дней / Ш. Палош.- М. : Центрполиграф .- 2002.-282 с. .- (ЦЕМ; ЦЕМ; ЧЗ; 3; 6; 10;)*