



สำหรับแพทย์ ที่ทำไม่เพียงพอในการ หรือทำงาน
เนื่องกับวิถีชีวิตการทำงานที่เร่งรีบ
จากการทำงานหนัก และผลกระทบของโควิด
เข้ามาสู่การดูแลสุขภาพของเรา โยคะช่วยได้!



โยคะ เพื่อสุขภาพ ขณะเดินทางหรือทำงาน



อนาลวรรณ อัครธีกรชัย : นักเขียนเขียน

