

# تنفس

علم جدید هنری از یاد رفته

جیمز نیستر

ترجمه‌ی شبنم اسماعیلی



نشر میلکان

سرشناسه: نستور، جیمز Nestor, James

عنوان و نام پدیدآور: تنفس: علم جدید هنری از یاد گرفته نوشته‌ی جیمز نستور؛ ترجمه‌ی شبنم اسماعیلی.  
مشخصات نشر: میلکان، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۳۹۹ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۵۴-۱۳۶-۲

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Breath: The New Science of a Lost Art, 2020

موضوع: تنفس، تمرین‌های تنفس

شناسه‌ی الزوده: اسماعیلی، شبنم - مترجم

رده‌بندی کنگره: YATRA

رده‌بندی دیویی: ۶۱۳/۱۹۲

شماره‌ی کتابشناسی ملی: ۷۵۶۳۵۳۸

## تنفس

علم جدید هنری از یاد رفته

جیمز نیسبر

ترجمه‌ی شبنم اسماعیلی

زیر نظر محمدرضا شفاهی

ویراسته‌ی ندا خوشنویس

مدیر تولید: کاوان بشیری

صفحه‌آرایی و آماده‌سازی: واحد تولید کتاب میلکان

لیتوگرافی: باغی

چاپ: دالاهو

چاپ اول: ۱۴۰۰

تیراژ: ۱۱ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۵۴-۱۲۹۱۲



نشر میلکان

[www.Milkan.ir](http://www.Milkan.ir)  
[info@Milkan.ir](mailto:info@Milkan.ir)