

IOGA MARE-NADÓ

A les sessions de mare-nadó es fan exercicis per recuperar el sòl pèlvic, l'energia i l'equilibri a l'hora que podeu estar amb el vostre nadó i atendre'l en qualsevol moment que us demani.

El treball el farem conjuntament amb els nadons. Mentre la mare tonifica, flexibilitza i busca una bona alineació corporal, el nadó gaudeix dels moviments ben a prop de la seva mare.



INFO I PREUS:

1-2 dies/setmana: 10€/sessió

ESCOLA INFANTIL MAFALDA

Rambla Poblenou, 157

MAR

practicaiooga@gmail.com

660104978