



YOGA PRENATALE

tutti i martedì dalle 10.30 alle 11.30

YOGA POSTNATALE

tutti i martedì dalle 9.00 alle 10.00

Un approccio integrato al benessere della mamma e del bambino, fondato sulle pratiche dell'Hatha-Yoga, volto a promuovere il benessere psicofisico della madre, favorire una connessione profonda con il proprio bambino e accompagnare entrambi in un percorso di crescita, ascolto e consapevolezza.

Le lezioni si svolgono presso il
CENTRO PER LA FAMIGLIA
Via del Collegio, Carcare

INFO E ISCRIZIONI

tel/WA: 393.3539330

mail: bormide@centro-famiglia.it



Città di Savona



Città di Cairo
Montenotte