

Yoga Nido a settembre!!



Da settembre a dicembre 2017
primo ciclo di incontri per neo-mamme.

Uno spazio di incontro tra mamma e
bambino attraverso lo yoga, il
rilassamento e la meditazione.



Lezione di prova gratuita.

Per informazioni Patrizia 3407306502 e Marta 3280241444
insegnanti del corso.



Il Cuore dello Yoga in viale Sauli 4/7 scalaA-Genova
Martedì ore 9.45/10.45 e giovedì ore 9/10.

Chi siamo...



Patrizia: Dopo essermi diplomata, mi sono dedicata particolarmente alle tematiche femminili.

Ho seguito un corso di post formazione dedicato allo Yoga in gravidanza, inoltre ho approfondito gli studi anche per quanto riguarda lo Yoga in menopausa, e la ginnastica per il pavimento pelvico.

Marta: Ho iniziato da giovanissima ad occuparmi di neonati come baby sitter, ho fatto esperienza di alcuni anni in asilo nido, come educatrice, e nell'ambito della formazione Yoga ho sempre mantenuto acceso l'interesse per la pratica integrata nelle diverse fasi di sviluppo dell'individuo fin dalla nascita. Ho incontrato il lavoro emotivo-corporeo di Willi Maurer e sono formata come insegnante yoga per Crescere presso l'Aipy di Milano.



**lezioni di prova gratuite
martedì 5 e giovedì 7 settembre**



Il Cuore dello Yoga in viale Sauli 4/7 scalaA-Genova
Martedì ore 9.45/10.45 e giovedì ore 9/10.