ellie

YOGA PRE-NATAL

MERCREDI 18H-19H



cours de yoga pour la femme enceinte qui souhaite rester active et connectée à son corps tout en restant calme pendant sa grossesse

- renforce le corps en douceur
- améliore la respiration
- renforcement du lien avec votre bébé
- préparation mentale et physique à l'accouchement

DÈS 30 CHF/ COURS

réservations et informations sur info@ellie-sante.ch