



# Programa de Yoga para el Embarazo y la Crianza



## Precios, fechas e Inscripciones

### Preconcepción

Módulo 1 Preparase para ser padres  
**Precio:** 60 € por persona + 20 € acompañante  
**Fechas:** 14 de junio 2008  
**Horario:** 16h a 20h

### Embarazo

19 de enero de 10h a 14h El cambio. Segundo trimestre (4 horas)  
19 de enero de 16h a 20h Abrirse a la Vida. Tercer trimestre y parto (4 horas)

**Precios:** 60 € por mujer o 80 € por pareja

### Yoga para nacer y crecer

#### Preparación para el nacimiento y la maternidad y paternidad

2 de febrero Módulo 1 Sentir la Vida: Confianza y autoestima  
1 de marzo Módulo 2 Reconocer al bebé  
15 de marzo Módulo 3 Permitir que la Vida fluya: Vivir en el cambio  
5 de abril Módulo 4 Creatividad y placer  
19 de abril Módulo 5 Abrirse a la Vida: De la expectativa a la intención  
3 de mayo Módulo 6 El nacimiento

**Horario:** 16h a 20h

**Precios:** Un módulo 60 € por mujer o 80 € por pareja.  
Todo el curso 325 € por mujer o 430 € por pareja.

## Bebés de 0 a 12 meses

### Yoga para Crecer en Familia

- Módulo 1 **Yoga para mamás y bebés de 0 a 3 meses (3 horas)**  
**Precio:** 50 € por mamá y bebé  
**Fechas:** 15 de septiembre 07, 2 de febrero 08, 3 de mayo 08
- Módulo 2 **Masaje y Baño para Bebés (6 horas, dos encuentros de 3 horas)**  
**Precio:** 100 € por familia  
**Fechas:** 6 y 20 de octubre 07, 2 y 15 de marzo 08, 14 y 21 de junio 08
- Módulo 3 **Introducción al Yoga en Familia (6 horas, dos encuentros de 3 horas)**  
**Precio:** 100 € por familia  
**Fechas:** 10 de noviembre y 1 de diciembre 07, 15 y 19 de abril 08, 12 y 19 de julio 08

Horarios: 10h a 13h

<b>Bonos:</b>	Módulos 1 y 2 o 1 y 3	140 €
	Módulo 2 y 3	180 €
	Módulos 1, 2 y 3	220 €

## Niños y niñas de 1 a 3 años

Módulo 1	7 de octubre 2007	Las canciones del Yoga
Módulo 2	11 de noviembre 2007	Jugamos a que yo soy un árbol y tu...
Módulo 3	2 de diciembre 2007	Sopla, huele... Respira!
Módulo 4	20 de enero 2008	¿Dibujar es yoga?
Módulo 5	3 de febrero 2008	Descubriendo el cuerpo
Módulo 6	9 de marzo 2008	Un masaje yóguico
Módulo 7	6 de abril 2008	Bailar a ritmo de mantras
Módulo 8	4 de mayo 2008	Yo te cuento un cuento y tu haces yoga
Módulo 9	15 de junio 2008	Haz que tu luz brille...

**Precio por módulo:** 40 € un adulto y un niño. 50 € dos adultos y una niño

**Bono de 3 sesiones:** 110 € un adulto y un niño. 135 € dos adultos y un niño

**10% de descuento para socios  
del Club Casa Asia y de la Mútua Aliança.**

# Inscripciones

## Opción 1

- \* Dirígete personalmente a Happy Yoga Universitat, Torres i Amat 5 Tel. 93 318 11 07 para rellenar la hoja de inscripción y realizar el pago del /de los modulo/s.

## Opción 2

- \* Rellena la hoja de inscripción que encontrarás en el link [www.yogamamasybebes.com/HojaInscripcionCursos.doc](http://www.yogamamasybebes.com/HojaInscripcionCursos.doc) y mándala por mail a [info@yogamamasybebes.com](mailto:info@yogamamasybebes.com).
- \* Realiza el pago del/ de los módulo/s por ingreso bancario, indicando tu nombre y apellidos.  
Núm. de cuenta: 2100 0747 27 0200259038 (La Caixa).  
Titular: Happy Yoga
- \* Infórmanos del día en que realizaste el ingreso por mail a [info@yogamamasybebes.com](mailto:info@yogamamasybebes.com)

Happy Yoga Universitat  
Torres i Amat , 5 Tel. 93 318 11 07  
[www.happyyoga.com](http://www.happyyoga.com)



Yoga para Mamás y Bebés  
Tel. 616 59 62 89  
[www.yogamamasybebes.com](http://www.yogamamasybebes.com)



### Con la colaboración de

ClubCasaAsia  
[www.casaasia.es/club](http://www.casaasia.es/club)



Mútua L'Aliança  
[www.lalianca.es](http://www.lalianca.es)

