



yoga en familia

Para mantener el equilibrio en la familia es necesario que todos y cada uno de los miembros se sientan libres de ser quienes son. No se trata de que nadie se adapte a los ritmos o costumbres de nadie. **Queremos crear una nueva forma de vivir**, con nuevos modos de estar y relacionarnos que respeten e integren en el grupo la hermosa individualidad de cada uno. Requiere tiempo y paciencia, pero eso no es razón para no hacerlo...

En los encuentros de yoga en familia encontraréis la oportunidad de deteneros y observar: a los niños, a vosotros, al entorno. Entre todos creamos un espacio donde se respira libertad, respeto y coherencia para que cada uno pueda ser quien es. Así conseguimos compartir el disfrute y la alegría con los que merecemos vivir.

impartido por

tere puig, madre de una niña de nueve años, fundadora de yoga para mamás y bebés, presidenta de la Asociación Yoga para Nacer y Crecer, profesora y formadora de yoga para el embarazo y la crianza.

horarios, lugar y precios

domingos

10h30 a 11h30 yoga en familia con niños/as de 1 a 3 años.

12h00 a 13h00 yoga en familia con niños/as de 3 a 7 años.

próximas sesiones

happy yoga universitat - torres y amat 5

6-sept, 4-oct, 10-ene, 7-feb, 7-mar, 4-abr, 9-may, 6-jun

happy yoga laforja-laforja 118

13-sep, 22-nov, 16-ene(*), 18-abr, 15-may(*), 13-jun (*) sábado

precio por familia y sesión: 15€

inscripciones

info@yogamamasybebes.com

tel. 616 59 62 89

