

Mamma & Baby Yoga

Andas och hitta tillbaka till din kropp tillsammans med din babies och andra mammor!



På denna kursen kan alla delta oavsett tidigare erfarenhet inom yogan. Målet med kursen är att stärka upp de muskler som varit under påverkan och som försvagats under din graviditet.

Medtag gärna favoritleksaken och en filt för babyen att ligga på. Detta är en kurs för dig som vill börja hitta tillbaka till din kropp efter graviditeten och där du dessutom får en härlig stund med din baby.

Kursstart: 16/1-19

Lärare Anna Ganger

**7 onsdagar 10:30-11:30
Yogaroom, Kungsbacka**

Investering: 995 kr

Boka via: info@yogaroom.se