

Yoga Maternité

Vivre sa grossesse en harmonie
Se préparer à l'accouchement avec sérénité

YOGA CHEMIN DE VIE

- Combloux -



COMBLOUX

Mardi	10h00 - 11h30	<i>maternité</i>
Jeudi	14h00 - 15h30	<i>post natal</i>
Jeudi	18h30 - 20h00	<i>maternité</i>
Vendredi	10h30 - 12h00	<i>maternité</i>

SALLANCHES

Mardi	19h00 - 20h30	<i>maternité</i>
-------	---------------	------------------

Yoga Maternité

Le yoga adapté aux femmes enceintes est une aide puissante pour vivre sa grossesse et l'accouchement le plus harmonieusement possible.

Au quotidien, la pratique des postures offre souplesse et fluidité et permet de mieux connaître et habiter son corps de grossesse qui se transforme de jour en jour.

Découvrir l'importance de la respiration, outil essentiel pour vivre pleinement chaque instant jusqu'à la naissance...

Tonicité, bien-être, sérénité et surtout **CONFIANCE**. Se relier à Soi, au Bébé, à sa véritable dimension qui est Amour et Joie... Et permettre au couple d'accompagner la venue au monde de leur bébé.

Informations et réservations

Combloux : Christine Haristoy & Charline Martin
06 50 75 92 53 - chris.ha@orange.fr
Adresse : 1777 route de St Gervais

Sallanches : Aurélie Louis
06 86 85 51 79 - aurelielouis@gmail.com
Adresse : Salle Hestia, 33 allée Galilée (1er étage)

Tarifs

20€ la séance - 95€ les 5 séances
180€ les 10 séances

L'abonnement vous offre la liberté d'aller au cours de votre choix, à Combloux ou Sallanches

Séance en couple sur rendez-vous

Yoga Maternité

Le yoga adapté aux femmes enceintes est une aide puissante pour vivre sa grossesse et l'accouchement le plus harmonieusement possible.

Au quotidien, la pratique des postures offre souplesse et fluidité et permet de mieux connaître et habiter son corps de grossesse qui se transforme de jour en jour.

Découvrir l'importance de la respiration, outil essentiel pour vivre pleinement chaque instant jusqu'à la naissance...

Tonicité, bien-être, sérénité et surtout **CONFIANCE**. Se relier à Soi, au Bébé, à sa véritable dimension qui est Amour et Joie... Et permettre au couple d'accompagner la venue au monde de leur bébé.

Informations et réservations

Combloux : Christine Haristoy & Charline Martin
06 50 75 92 53 - chris.ha@orange.fr
Adresse : 1777 route de St Gervais

Sallanches : Aurélie Louis
06 86 85 51 79 - aurelielouis@gmail.com
Adresse : Salle Hestia, 33 allée Galilée (1er étage)

Tarifs

20€ la séance - 95€ les 5 séances
180€ les 10 séances

L'abonnement vous offre la liberté d'aller au cours de votre choix, à Combloux ou Sallanches

Séance en couple sur rendez-vous

YOGA CHEMIN DE VIE

<http://www.yoga-chemin-de-vie.com>

Yoga Maternité

Vivre sa grossesse en harmonie
Se préparer à l'accouchement avec sérénité

YOGA
CHEMIN DE VIE

- Combloux -



COMBLOUX

Mardi	10h00 - 11h30	<i>maternité</i>
Jeudi	14h00 - 15h30	<i>post natal</i>
Jeudi	18h30 - 20h00	<i>maternité</i>
Vendredi	10h30 - 12h00	<i>maternité</i>

SALLANCHES

Mardi 19h00 - 20h30 *maternité*

