

Йога для беременных в студии йоги и духовного развития



Алматы, Казахстан

Йога для беременных поможет расслабиться и подготовить тело к родам. Особое значение во время беременности приобретают мышцы живота — они держат плод всю беременность и участвуют непосредственно в родах. От этих мышц зависит продолжительность потуг и время продвижения новорожденного по родовым путям.

Специально подобранный комплекс асан в йоге для беременных поможет укрепить мышцы и спины и всего торса, выстроить и поддержать правильную осанку.

Понедельник, Среда, Пятница

17:15 - 18:15

Инструктор Нелли

Цена: Договорная

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: --

Йога Ом

+77052059797