



**Yoga Kundalini per Gravidanza Consapevole**  
**Incontro Introduttivo Gratuito**  
per formare i gruppi  
**Mercoledì 18 Marzo**

Una serie di 10 incontri  
con Hari Avtar Kaur per tutte le donne dal 5° Mese di gravidanza

Prepararti ad un parto consapevole...

Lo Yoga Kundalini è una pratica che ti aiuterà a fluire con le contrazioni del parto. Il respiro, le posizioni, la meditazione, il suono, il canto, la danza, il rilassamento e la concentrazione ti permetteranno di affrontare questo evento in un modo consapevole e di sviluppare il tuo potenziale creativo di donna e madre.

per informazioni ed iscrizioni:

Asilo Nido LagoDrago - Casa del Popolo Casellina

Pzza Giuseppe di Vittorio, 50018 Scandicci (FI)

telefonare: 055 735 15 06 dalle 8:00 alle 13:00

visitare: [www.lagodrago.it](http://www.lagodrago.it)

scrivere: [info@lagodrago.it](mailto:info@lagodrago.it)