

NAMASKAR YOGA

BY ADRIANA VIEIRA

Aula-curso de Shantala para Cuidadores de Bebês (até 10 meses):

Pais, avós, professores, babás, enfermeiros, gestantes e demais cuidadores!

Dia 18 de Junho - sábado!

Curso:

Durante duas horas os participantes vão aprender essa técnica milenar, desenvolvida na Índia, conhecida aqui por Shantala: massagem para bebês. A técnica é simples, mas requer uma ordem correta para ser aplicada. A Shantala pode ser feita em bebês a partir de um mês, mas os pais e cuidadores podem aprender mesmo antes do bebê nascer!

Benefícios:

- Aproxima o vínculo entre o bebê e quem aplica a massagem
- Melhora as cólicas e prisão de ventre
- Estimula a produção de endorfinas, trazendo maior bem-estar
- Melhora a respiração, promovendo maior abertura torácica
- Equilibra o sistema nervoso, linfático e hormonal do bebê
- Desenvolve a amorosidade, segurança e sensação de proteção

"Criança tocada é criança amada.

O bebê precisa do alimento para o corpo (leite materno) e o alimento para a alma (o toque) "

Ferderick Leboyer - obstetra francês

* Curso Apostilado.

Horário: 10 horas ao meio dia

Local: Av Ana Costa, 388 (Gonzaga)

Vagas Limitadas! Reservas antecipadas com o pagamento de 50% do valor.



Mais informações: yoga@adrianavieira.com.br

Fone: **13 9787 6693**

Site: www.namaskaryoga.com.br

