



Materské centrum Budatko

pripravilo pre Vás a Vaše bábätko

krúžok MAMI JOGY

s deťmi od 6 týždňov - 12 mes.

Toto cvičenie ponúka všetko od masáže bábätka, cez správne držania tela ženy, strečing, až po relaxáciu.



U žien sa zameriame hlavne na spevnenie streda, panvového dna a zrelaxovanie a u bábätiek ponúkame komplexnú stimuláciu zmyslov spolu s pohybom a rytmom s pesničkami a riekankami.

Krúžok vedie bývalá tanečnica, absolventka FTVŠ, dvojnásobná mama **Adela Matej Kučerová**, dlhé roky sa venujúca jóge.



pondelky o 11,00

cena za krúžok (8+1 hodín) je 56 eur
pre detičky od 6 týždňov do 1 roka
prihlasovanie cez Semafor



MC Budatko, Holíčska 30, 851 05 Bratislava;

www.budatko.sk; info@budatko.sk

Tel: 0949 764 099, 0949 764 049