

PILATES REFORMER & IPOPRESSIVI *post parto*

Per un recupero fisico
funzionale ed equilibrato
dopo il parto.

Focus su Addominali,
(speciale diastasi)
Pavimento Pelvico,
Schiena e Glutei

MARTEDI'
dalle 10.30 alle 11.45

a cura di **Barbara Carlon**
Insegnante Metodo Ipopressivo, Pilates
Reformer
Yoga e Yoga pre e post-parto
Referente certificata Il Parto Positivo &
BabyBrains
Educatrice Perinatale e Mestruale

Info e iscrizioni 349 3635006
info@shangrila-padova.org

