



בטח יצא לך לשמוע את המשפט 'הגוף יודע ללדת', וזה נכון - בתאוריה

באופן מעשי, הידיעה הזו מורכבת משני חלקים, הראשון הוא חזון ברור איזו לידה את מאחלת לעצמך והשני הינו הכנה נכונה של הגוף ונפש.

אבל הסוד הגדול הוא בתרגול

מטרת המפגש

- להתנסות ב'איך זה מרגיש' ולתרגל סימולציות של מצבים בחדר הלידה - רגע לפני.
- לתרגל מה אפשר לעשות בזמן הצירים וביניהם
- ללמוד לנוע באופן שיקדם את הלידה
- לעזור לראש העובר לרדת
- לדעת להיות קשובה לגוף שלך ולהימנע מהתערבויות חיצוניות
- לנווט ולקדם את הלידה שלך ממקום יודע ובטוח

מזמינות אותך להפוך את המילים למעשים ולטכניקות ישימות

מגוון טכניקות שיוצרות ריקוד
לידה הרמוני המותאם לך באופן אישי.

הסדנה חד פעמית ונמשכת כשעתיים

מפגש בקבוצה אינטימית

התרגול מתאים לשלבי הריון שונים

אין זה משנה אם את בהריון ראשון, שלישי או תאומים

בואי לתרגל את החלום למציאות

המפגש הבא יתקיים:

יפית אביטבול

דולה ומדריכת הכנה ללידה ועיסוי תינוקות, שיווק מוצרי אלוורה
050-6495007

עירית שלום

דולה ורפלקסולוגית בכירה, מדריכת הכנה ללידה
050-4083527