

# PRÉNATAL PARTNER YOGA + PRÉPARATION À L'ACCOUCHEMENT

WORKSHOP 20 fév. 2010



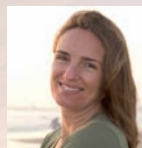
**samedi | saturday** 20 fév., 15h00 - 17h15

**délai d'inscription** 15 fév.

places limitées | *limited spots*

**tarif p. couple:** membre 80.- non-membre 95.-

une partie est prise en charge par les assurances  
*partially covered by the insurance companies*



**avec IOANA POP** (pour le yoga)  
l'enseignante de longue date et  
directrice de innercityyoga vous  
guide à travers ce cours à la fois  
compréhensible et varié.



**avec SEVERINE GERMANN**  
Sage-Femme diplômée depuis  
1997: exerçant en clinique privée  
et en tant qu'indépendante pour  
le suivi prénatal et post-partum.

basé sur nos cours de yoga prénataux, apprenez, avec votre partenaire, à intégrer des massages dans votre pratique de yoga. nos cours se déroulent dans un cadre serein et sont suivis d'une discussion autour de la préparation à l'accouchement.

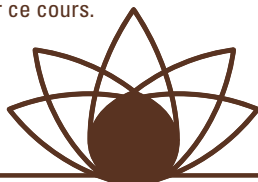
cet atelier est bénéfique aux futures mamans, dans les différents stades de la grossesse, ainsi qu'à leurs partenaires, lesquels n'ont pas besoin d'avoir une expérience précédente du yoga !

lors de cet atelier, Séverine fera l'introduction à la session de «préparation à l'accouchement», qui commence le mardi suivant, le 23 février, et distribuera de la documentation pour ce cours.

*based on our prenatal yoga classes, enjoy your partner's assistance in your regular practice, combining in a serene and supportive environment massage techniques, yoga poses and discussion with the certified midwife Séverine.*

*this workshop is available for all moms-to-be and their partners and is beneficial at any stage of pregnancy. your partner doesn't need to have any previous yoga experience !*

*at this workshop you will also receive the first handouts for the "preparation for childbirth" session with Séverine, starting the following tuesday 23 february.*



innercityyoga

3 rue de rive | [www.innercityyoga.com](http://www.innercityyoga.com) | t: 022 310 3535