

Portuguese



Baby Yoga

Quartas-feiras ~ 11h15 ao meio-dia

Dias 1, 8, 15, 22, 29 de março e 5 de abril

Na South Yarmouth Library

Junte-se à Daniela Schwartzman, instrutora certificada de Yoga.

(Bebês de 2 meses até 9 meses de idade)

"**Baby Yoga**" é uma prática de yoga calmante e de apoio para bebês e pais. Você vai desfrutar de inúmeras posturas de yoga, rimas e atividades que os bebês adoram! Este programa centrado no desenvolvimento oferece aos pais e cuidadores as ferramentas e o apoio de que precisam para se relacionarem e confortarem seus pequenos à medida que crescem e exploram o ambiente.

- Aprenda uma variedade de posturas de yoga exclusivas e divertidas, projetadas para melhorar o relacionamento e estreitar laços entre pais e filhos, bem como para ajudar no crescimento e desenvolvimento da criança.
- Melhora a digestão no que tange ao alívio de gases e cólicas para uma melhor qualidade do sono dos bebês e dos pais.
- Ajuda na preparação ao desenvolvimento das habilidades de letramento de seu filho por meio de rimas e canções combinadas com movimentos. **Nenhuma experiência anterior de yoga é necessária.**

Inscreva-se já!

Ligue para a Cape Cod Children's Place no (508) 240-3310

Para mais informações sobre a programação de inverno, visite [nossa página do Facebook](#) ou no www.capecodchildrensplace.com

Esta programação gratuita é financiada pelo SAFE Child Communities por meio da Children's Trust e da Barnstable Coordinated Family and Community Engagement (CFCE) ligadas ao MA Dept. of Early Education and Care, administrado pela Cape Cod Children's Place em parceria com a S Yarmouth Library.

