

Mama Yoga & Baby Babbels

 Een warme plek voor moeders, met of zonder baby, van geboorte tot 1 jaar.
Een moment om tot rust te komen, ervaringen te delen en zacht terug in beweging te komen.

 Van 7-10-2026 tot 26-5-2027
Elke week op woensdag

 De Rinck
Dapperheidsplein 7
1070 Anderlecht

 9:30-11 uur

 2,5 euro per sessie
Paspartoe 0 euro

Inschrijven via Sarah Nezroug:
nezroug.sarah@gmail.com
0489 / 745 530

- Uitwisseling en steun rond het moederschap en het postpartum
- Pilates en postnatale yoga
- Ruimte voor baby's en hun noden tijdens de sessie



Onder begeleiding van
Claire Menestret (kinesist)
& Sarah Nezroug (psycholoog)

