



Francesca Pesca

INSEGNANTE METODO "GBY"® 85H

CHI SONO

Mi chiamo Francesca, ho 38 anni e sono entrata nel mondo dello Yoga 10 anni fa in un momento in cui avevo bisogno di allontanarmi dalla mia quotidianità.

Ho scoperto una nuova me, più consapevole e con una voglia insaziabile di esplorare ogni parte di me sconosciuta rendendomi più curiosa e aperta agli altri.

Tutto ciò mi ha dato la possibilità di capire quanta importanza aveva trasmettere questa disciplina a chi non la conosceva e ho iniziato a formarmi come insegnante di Hatha Yoga.

Nel momento in cui ho scoperto di essere incinta, dentro di me è nata la voglia di ricercare un corso adatto al mio modo di essere da portare a tutte le mamme.

Gentle Birth Yoga è stato un dono e un bagaglio prezioso ma soprattutto completo per un viaggio graduale e profondo di connessione col proprio bambino e per poter affrontare i trimestri della gravidanza e il post parto con gli strumenti adeguati. Gratitudine e gioia

PRATICARE CON ME

DOVE

Online/In presenza

ALBISOLA SUPERIORE (SAVONA)

FORMATO DELLE MIE LEZIONI

GRUPPI - PRIVATI - WORKSHOP

INFORMAZIONI DI CONTATTO

E-mail: Fra.pesco@gmail.com

PROFILO INSTAGRAM: [FRANCI_PESCO](#)



Gentle Birth Yoga®
TEACHER