

MOM AND BABY YOGA



**PREGNANT MOMS
ALSO WELCOME!**

BEST FOR BABIES WHO AREN'T YET ON THE MOVE.

November 11th, 2026
10 AM - 11 AM

ECPAC'S Family Resource and Support Center
7190 Colorado Blvd, (basement), Commerce City

**LED BY: ARYSSARA BRYNDZIA - CERTIFIED PHYSICAL THERAPIST
WITH SPARK HOME HEALTH**

To register, scan the QR code
or contact Sofia at: 720-666-0509



ECPAC
EARLY CHILDHOOD
PARTNERSHIP
OF ADAMS COUNTY

YOGA PARA MAMÁ Y BEBÉ



**¡LAS MAMÁS EMBARAZADAS
TAMBIÉN SON BIENVENIDAS!**

IDEAL PARA BEBÉS QUE AÚN NO SE MUEVEN.

Noviembre 11, 2026

10 AM - 11 AM

Centro de Recursos y Apoyo Familiar de ECPAC

7190 Colorado Blvd, (sótano), Commerce City

**DIRIGIDO POR: ARYSSARA BRYNDZIA, FISIOTERAPEUTA CERTIFICADA
DE SPARK HOME HEALTH**

Para registrarse, escanee el código
o contacte a Sofia: 720-666-0509



ECPAC
EARLY CHILDHOOD
PARTNERSHIP
OF ADAMS COUNTY