

היי שלומית,

קיבלתי את הספר וקראתי אותו- אכן ספר מאוד מרשים
קניתי אותו גם בשביל המקצוע שלי (תומכת לידה ומדריכת הכנה ללידה) וגם בשבילי ללידות הבאות- בעיקר
בשביל עניין התנועתיות עם משככי כאב ועוד,

הספר בהחלט ענה על ציפיותיי ותרם לי מאוד ובהחלט אשתמש בו עוד בהמשך,

יישר כח,

ליאת.

שלום שלומית...

ספר מדהים מדהים

קיבלתי פידבקים מחברות שכעת בהריון.....

צריך לשווק זאת היטב לאוכלוסיית נשים ללא מודעות לנושאים אלו, בשבילן זה
אוצר.

חגית חג'ג'.

הי שלומית,

קיבלתי את הספר, ורציתי לומר שהוא נפלא, ההסברים מצוינים ולא מעייפים מידי, ממוקדים ונראים לי
יעילים מאוד לנשים הרות. אבל עיקר העניין המוצלח הוא ריבוי התמונות והאפשרויות!
אני חושבת שהספר יכול להיות כלי חשוב מאין כמוהו עבור נשים לקראת לידה, ויכול לסייע גם לנו,
המדריכות, בשלל הרעיונות המצולמים בו.
כל הכבוד על היוזמה והביצוע, ישר כוח

--

ענת ברגר

מדריכת הכנה ללידה, הנקה והורות ראשונית

052-8421710

www.leida.co.il/AnatBerger

שלומית.

אני מנצלת את המייל הזה שנשלח ממך כדי לפרגן בשמחה על הספר החדש
תודה, הוא מהווה תוספת נדרשת והכרחית לצד הספרים האחרונים
שיצאו בנושא הריון ולידה, ממש" החוליה החסרה" שזה עתה התווספה.
כתלמידה שלך אני יכולה לומר שבדרכי אני מצליחה לתמוך בהדרכת
דור חדש של יולדות מודעות יותר שותפות יותר וכאלה שיוצרות
לעצמן חוויות לידה חיוביות ומעצימות, והתוספת הזו של הכנה
גופנית ללידה (לצד ההכנה העיונית) תורמת את חלקה באופן משמעותי
ביותר.

ישר כח המשיכי בתרומתך בתחום

אפרת ברוכוביץ

שלום שלומית,

קיבלתי את הספר שלך "ללדת בתנועה" מגיסתי מיכל בן דוד שלמדה אצלך בוינגייט.

שלום שלומית,

קיבלתי את הספר שלך "ללדת בתנועה" מגיסתי מיכל בן דוד שלמדה אצלך בוינגייט. ילדתי לפני חודש וחצי לידה מדהימה ללא כל משככי כאבים, ללא קרעים. בנוסף, לפני שנה וחצי ילדתי את אביגיל בתי הבכורה גם כן באותו אופן, טבעי, ללא משככים כלל בתהליך פעיל ומעצים.

בלידת שירה, הלידה השנייה שוב יישמתי את העקרונות הפשוטים והגאוניים שאותם היצגת ביום עיון שהייתי בו בוינגייט ובספר שקיבלתי לריענון לקראת הלידה עכשיו ועל כך נתונה לך תודתי!

יישר כח,

ענת בן-דוד, ירושלים

הי שלומית,

מה שלומך? זו יעל הראל, כתבתי לך מייל בתחילת ההריון שלי זוכרת..?

כל אופן רציתי לספר לך שילדתי ב 25.5 בת ☺

ואני גאה לספר שבמהלך הצירים הייתי בתנועה בלתי פוסקת ויישמתי את כל מה שלימדת בקורס, כולל התנועות על הפיטבול וזה מאווד, מאוד, מאוד עזר. אחרי 7 שעות של צירים מאוד כואבים, קשים ואינטנסיביים ביקשתי אפידורל אומנם,

אבל הוא לא הרדים את הרגליים שלי, זה רק הקל על הכאב וככה חלק מהלחיצות עשיתי לא בשכיבה אלא תוך הישענות על משענת המיטה ועמידה על הברכיים, יכולתי להזיז את הרגליים בקלות וגם את כפות הרגליים, כך שהייתי ממש בתנועה כל זמן שיכולתי והמיילדת הייתה מקסימה ועודדה אותי לנוע ולנשום נכון, אחרי שעה וחצי של לחיצות התינוקת הייתה בחוץ- וזה היה הרגע הכי יפה ומרגש שחוותי בחיים. (אני חייבת להלל גם את בעלי שמאוד עזר לי בתנועות ובעיסויים- הכל לפי הספר שלך ☺)

זהו זה, אני מתאוששת לאט, לאט ומנסה לחזק בנתיים את רצפת האגן שעברה טראומה לא קלה ומקווה שזה יישתפר בקרוב,

רציתי ממש להודות לך על כך שגרמת לי להפנים מה החשיבות של תנועה בלידה ועל כך שהצלחתי ליישם את זה ולחוות חוויה כ"כ חיובית,

יעל הראל

סטודיו Shape-it לאימונים אישיים וייעוץ תזונתי

www.Shapeit.co.il

052-8717332

