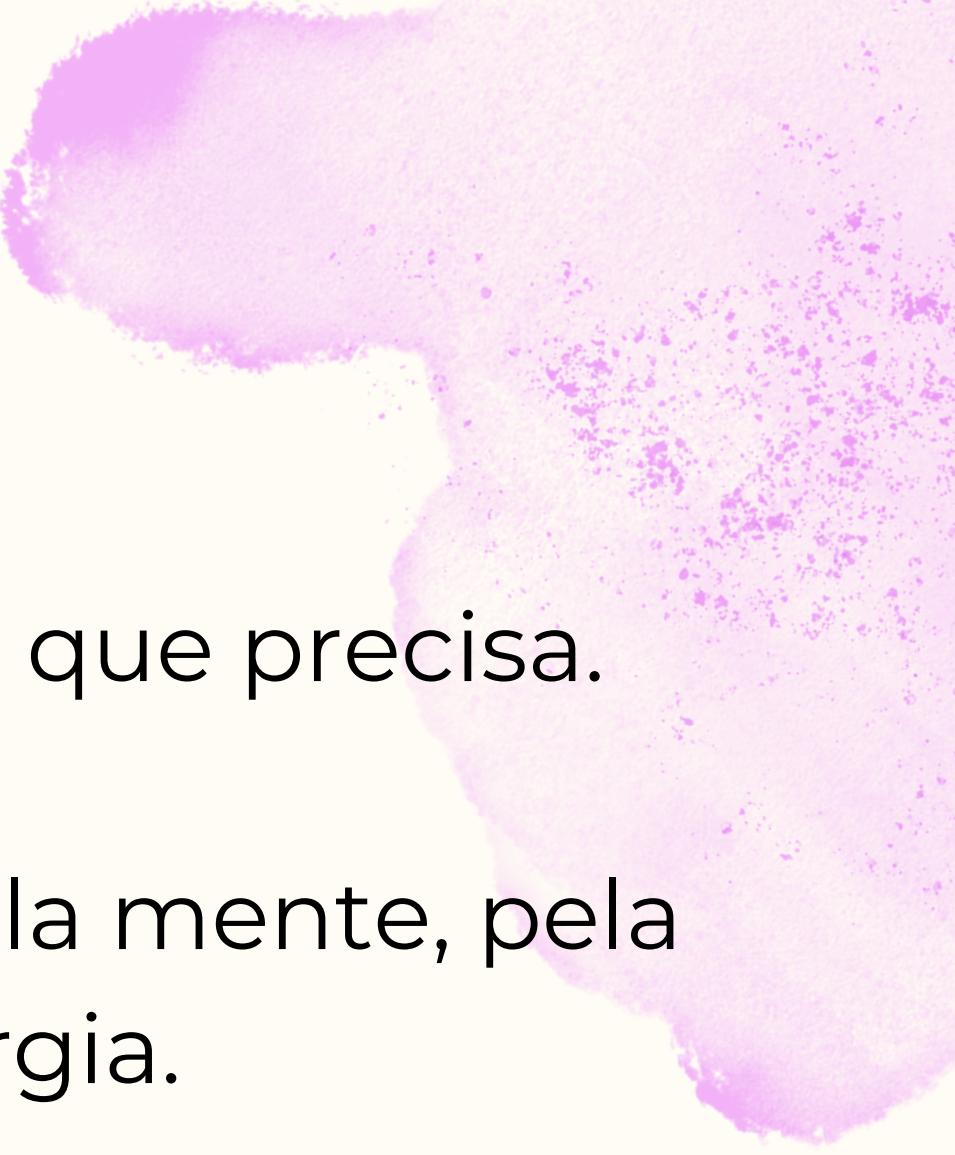




VOCÊ PROMETEU SE CUIDAR EM 2026?

Mas a culpa de 'deixar seu filho de lado' já te fez
desistir antes mesmo de começar?





A gente sabe que precisa.

Pelo corpo, pela mente, pela
energia.

Mas a rotina de mãe não
perdoa.



Entre o cansaço e a culpa,
nossa autocuidado fica sempre
para depois.

E SE O SEU TREINO NÃO TE AFASTASSE...

...mas fosse a melhor parte do dia de
vocês JUNTOS?





APRESENTANDO O BRINCATREINO.



Treinos de 15 min em casa
que parecem brincadeira.



Fortaleça seu corpo
enquanto cria memórias com
seu filho.



O fim da culpa. O começo da
sua nova rotina.



OFERTA DE LANÇAMENTO PARA MÃES FUNDADORAS

Garanta o acesso ao primeiro mês do método
por um valor simbólico de R\$ 27.

Sua promessa de ano novo começa agora.

Clique no link da Bio e garanta sua vaga!

