

Ginnastica per gestanti in acqua

Il corso è rivolto a tutte le donne dall'inizio della gravidanza sino alla nascita del bambino. L'ostetrica vi guiderà nei movimenti di ginnastica dolce e nei rilassamenti in acqua a 30-32°C.

Sono previsti cicli della durata di due mesi con lezione monosettimanale il Giovedì dalle 13.15 alle 14.00.

A partire dal 09/09/2019

Ginnastica per gestanti a coppie presso la piscina di Sassuolo

Un momento per rilassarvi, coccolarvi e prendervi cura l'uno dell'altra. **L'incontro si svolge il Venerdì dalle 21.00 alle 22.00 in acqua a 32°C**, nelle seguenti date:

- **18/10/2019**
- **29/11/2019**
- **07/02/2019**
- **03/04/2020**
- **22/05/2020**

DATA INIZIO	-	FINE LEZIONI
09/09/2019		31/10/2019
04/11/2019		20/12/2019
09/01/2020		29/02/2020
01/03/2020		30/04/2020
04/05/2020		20/06/2020

In collaborazione con



NASCERE A MODENA

