







GRAVIDANZA E NASCITA - TUTTI I GIORNI E GLI ORARI DEI CORSI 2020-21

TIPOLOGIA DI ATTIVITA' :

GRAVIDANZA

GRAVIDANZA IN ACQUA

DOPO LA NASCITA

	mattina	pomeriggio		sera
lunedì		15.00-16.30 ginnastica al parco col bebè	16.30-17.30 ginnastica del perineo post parto e in età fertile	20.30-22 yoga pre parto
martedì				19.30-20.30 acquaticita' pre parto
mercoledì	10.00-12.00 spazio mamme in movimento			
giovedì		12.15-13.15 acquaticita' pre parto		
venerdì	9.30-11.00 massaggio infantile	11.00-12.30 yoga pre parto		
sabato	10.15-12.15 accompagnamento alla nascita per coppie		