

Uisp in Piscina



Patrocino dell'Unione dei
Comuni della Bassa Romagna



ACQUA & GRAVIDANZA Corso Gestanti

PERIODO DI SVOLGIMENTO: da Settembre 2017 ad Agosto 2018

MERCOLEDÌ e VENERDÌ DALLE ORE 11.00 ALLE ORE 11.50

Il corso di Ginnastica in Acqua per Gestanti si svolge alla Piscina Comunale di Lugo (Ra) e prevede esercizi di acquaticità, presa di contatto, ambientamento, esercizi di sensibilizzazione posturale e perineale, rilassamento globale e segmentario. Corsi sono tenuti da un'ostetrica.

REQUISITI PER LA PARTECIPAZIONE:

Certificato medico attestante l'assenza di controindicazioni alla pratica della Ginnastica Dolce in Acqua (riferimenti ginecologici);

Tessera Associativa Uisp 2018 obbligatoria – Euro 12,00

CORSI AD ABBONAMENTO:

04 Lezioni 32,00 Euro – 08 Lezioni 60,00 Euro – 12 Lezioni 85,00 Euro

le lezioni non utilizzate a termine gravidanza potranno essere convertite per un corso neonati, Acquafitness o Nuoto Adulti

Per info: Uisp Ravenna-Lugo

Sede di Lugo - Piazzale Veterani dello Sport n. 4 Tel. 0545-26924 0545-030353

lugo.ravennalugo@uisp.it www.uisp.it/ravennalugo



è social...

