



**PISCINA
COMUNALE
DI LUGO**

ACQUA & GRAVIDANZA

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.

I 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 obbligatoria



Uisp Comitato Territoriale Ravenna-Lugo Aps - Sede di Lugo (Ra)

Piazzale Veterani dello Sport n. 4 48022 Lugo (Ravenna)

Tel. 0545.26924 Fax 0545.35665 lugo.ravennalugo@uisp.it uisp.it/ravennalugo