

*In gravidanza il movimento è importante:
aumenta la consapevolezza del proprio corpo
e delle sue possibilità.*



Gravidanzando®

Danza e movimento in gravidanza

**Corso - percorso
per future mamme e futuri bambini!**

Rivolto a mamme dalla 12° settimana di gravidanza,
il corso ha frequenza settimanale con incontri di un'ora
ed è condotto da un'Ostetrica abilitata
allo scopo di

- Rafforzare il **legame mamma/bambino**
- Favorire il **loro benessere** in gravidanza
- Aumentare il rilassamento, migliorare la **qualità del sonno**
- Facilitare il **travaglio**
- Accelerare il **recupero psico-fisico** dopo il parto

Sede degli incontri
Politerapica, V. Nazionale 93, Seriate

Per informazioni e prenotazioni, Segreteria Politerapica: 035.298468