

Ginnastica post partum

Benessere per neo-mamme

Nei primi mesi dopo il parto è necessario rinforzare la muscolatura indebolita durante la gravidanza e regolare il tono e la forza muscolare, al fine di prevenire il prollasso uterino con i conseguenti problemi di incontinenza.

Dove: Elki Città

Quando: sabato, ore 09.30–11.00

Per chi: donne dopo il parto

Conduce: Waltraud Kranebitter – fisioterapista

Costi: 85 € per 6 unità

Date corsi: 12.10.2024–30.11.2024

11.01.2025–15.02.2025

15.03.2025–19.04.2025



**Il corso é tenuto
in lingua tedesca.**