

PREPARAZIONE FISICA PARTO "EXPRESS"



Solo da Nascere in Movimento, due ore intensive di percorso sensoriale e fisico, il sabato mattina, per:

Scoprire insieme i movimenti mirati a migliorare i piccoli disturbi della postura in gravidanza, Esercitare la respirazione, prendersi cura del perineo in vista del travaglio e del parto.

Prenota un posto per te!

320 8749911 | info@lasalastudiopilates.com



**INIZIO
CORSI**