



## GINNASTICA PSICOMOTORIA IN ACQUA

La ginnastica psicomotoria in acqua permette di abbandonare le inibizioni e stimolare nuovi schemi d'azione che potranno avere effetti sulla quotidianità. E' rivolta a bambini che necessitano di un intervento psicomotorio.

- LEZIONI INDIVIDUALI
- NUMERO MINIMO DI LEZIONI: 10
- DURATA DELLA LEZIONE: 30 minuti
- PAGAMENTO ANTICIPATO DELLE LEZIONI

\* In caso di mancato preavviso sulla impossibilità di svolgere la lezione (24 ore prima), la lezione è considerata persa.



## GESTANTI IN ACQUA

Stretching, ginnastica respiratoria e relax, esercizi di preparazione al parto, esercizi dinamici e di rilassamento in acqua. L'obiettivo principale è quello di preparare al meglio corpo e mente al momento del travaglio.

I corsi sono BIMESTRALI "MONO" o "BISETTIMANALI"

<b>MERCOLEDI</b>	<b>10.00 - 11.00</b>
<b>SABATO</b>	<b>11.30 - 12.30</b>