



Eltern Kind
Zentrum Bozen
Centro Genitori
Bambini Bolzano

Aqua Mum

Acquaticità in gravidanza

La meravigliosa leggerezza dell'acqua.

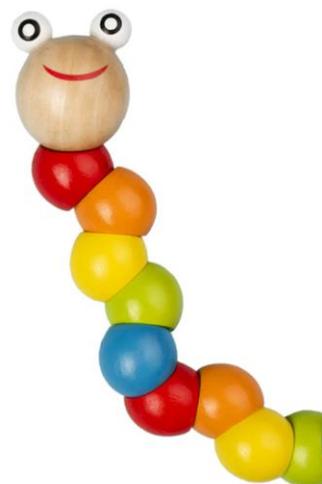
L'acqua, mezzo sensuale e delicato, trasmette alle donne in attesa una piacevole leggerezza e assenza di peso.

In acqua le donne incinte si sentono particolarmente vicine al loro bambino.

La schiena e le articolazioni si alleggeriscono, il pavimento pelvico e i muscoli si Rafforzano.

Tutto ciò ha un effetto positivo sul parto.

Anche il bambino beneficia dell'effetto rilassante dell'acqua.



Dove	Piscina coperta Hotel Berger/Val Sarentino
Quando	sabato, ore 10.00 – 11.00 (corso 2023) venerdì, ore 15.00 – 16.00 (corsi 2024)
Per chi	donne in gravidanza (dall'inizio alla fine della gravidanza)
Conduce	Anita Runggaldier – ostetrica diplomata, esperta in acquaticità di gravidanza
Costi	145 € per 6 incontri
Date	sabato, 21.10.2023 – 25.11.2023 venerdì, 19.01.2024 – 23.02.2024 venerdì, 08.03.2024 – 19.04.2024



**ELTERN KIND
ZENTRUM BOZEN**
Rauschertorgasse 10
39100 Bozen
Tel 0471 981 011
bozen@elki.bz.it
www.elki.bz.it