PRESIDENT NUOTO
PISCINA SPIRAGLIO

Via del Carpentiere, 40 - 40138 Bologna - Tel. 051-60.111.76 / Cell. 393-8544550

Orario di segreteria:dal lunedì al venerdì 8:30-14:30 / 16-20:30

sabato 8:30-16:00 domenica 8:30-12:30

www.presidentbologna.it **mail: segreteria@presidentbologna.it**

AQUATICITA' IN GRAVIDANZA

L'acqua fin dai primi mesi di gravidanza è un valido aiuto per mantenersi in forma, trovare sollievo per alcuni disturbi posturali. Questa attività dà la possibilità di trovarsi con altre future Mamme con cui scambiare sensazioni e dubbi comuni in questo bellissimo momento della propria vita.
L'attività in acqua non è solo esercizio e movimento, ma anche calma, abbandono e presa di consapevolezza di sé e del proprio corpo.
L'attività è svolta da un Ostetrica che saprà adattare l'andamento del corso alle esigenze della mamma e del bambino, modulando l'attività del gruppo al fine di ottenere un benessere Psico-Fisico generale.

Quote Associative 2026-2027

10 entrate validità 6 mesi	€ 110,00
5 entrate validità 3 mesi	€ 60,00

Martedì 12:00 - 12:50
Venerdì 12:30 - 13:20

Tesseramento e assicurazione annuale 2026/2027 € 30,00

L'iscrizione ai corsi è subordinata alla presentazione del certificato medico di sana e robusta costituzione.

INIZIO CORSI: **14** settembre 2026
FINE CORSI: 30 maggio 2027

Le lezioni devono essere prenotate al 3938544550