

# CORSO GESTANTI

Questo corso è pensato per tutte le donne in gravidanza che vogliono aumentare la loro coscienza corporea, controllare piccoli stati d'ansia, avere coraggio e fiducia nelle proprie capacità in un elemento naturale come l'acqua. L'attività in acqua migliora la tonicità muscolare, la capacità respiratoria, l'acquaticità della futura mamma e per empatia del suo bambino ed è possibile praticarla fino agli ultimi giorni prima del parto.

I corsi si tengono in un ambiente tranquillo, con acqua riscaldata e musica di sottofondo.

**Per informazioni  
contattaci:**

Società Sportiva Dilettantistica  
**DIMENSIONE SPORT srl**  
Via Per Incirano 39  
Nova Milanese  
[www.piscinanova.it](http://www.piscinanova.it)  
[info@piscinanova.it](mailto:info@piscinanova.it)  
Tel. 0362/1971665

