

CONSULTORIO FAMILIARE

SERVIZI SOCIOSANITARI VAL SERIANA



Partecipazione
GRATUITA
previa iscrizione

Dalla 15a settimana
di gestazione
fino al parto!

 **Quattro incontri per allungare e tonificare il corpo che naturalmente cambia durante la gravidanza**

 **Un'occasione per prendere confidenza con il proprio corpo e per godere dei molteplici benefici legati al movimento**

 **Uno spazio in cui scoprire l'efficacia delle posizioni e del movimento durante il travaglio**

**Date e
orari sul
retro**

PILATES IN GRAVIDANZA



Per informazioni e iscrizioni inviare un'email a  ostetriche.cvs@gmail.com



E' un Servizio gestito dalla Società costituita dai 18 comuni dell'Ambito Territoriale Valle Seriana, (Albino, Alzano L.do, Aviatico, Casnigo, Cazzano S.A., Cene, Colzate, Fiorano al Serio, Gandino, Gazzaniga, Leffe, Nembro, Peia, Pradalunga, Ranica, Selvino, Vertova e Villa di Serio) e dalla Comunità Montana Valle Seriana.

CONSULTORIO FAMILIARE

SERVIZI SOCIO SANITARI VAL SERIANA



1° ciclo

- Lunedì 13 gennaio dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 20 gennaio dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 27 gennaio dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 3 febbraio dalle 14.00 alle 15.00.

2° ciclo

- Lunedì 10 marzo dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 17 marzo dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 24 marzo dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 31 marzo dalle 14.00 alle 15.00.

3° ciclo

- Lunedì 5 maggio dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 12 maggio dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 19 maggio dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 26 maggio dalle 14.00 alle 15.00.

4° ciclo

- Venerdì 4 luglio dalle 09.30 alle 10.30
- Lunedì 14 luglio dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 21 luglio dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 28 luglio dalle 14.00 alle 15.00.

5° ciclo

- Lunedì 8 settembre dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 15 settembre dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 22 settembre dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 29 settembre dalle 14.00 alle 15.00.

6° ciclo

- Lunedì 3 novembre dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 10 novembre dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 17 novembre dalle 14.00 alle 15.00
- Lunedì 24 novembre dalle 14.00 alle 15.00.

PILATES IN GRAVIDANZA



Per informazioni e iscrizioni inviare un'email a  ostetriche.cvs@gmail.com



E' un Servizio gestito dalla Società costituita dai 18 comuni dell'Ambito Territoriale Valle Seriana, (Albino, Alzano L.do, Aviatico, Casnigo, Cazzano S.A., Cene, Colzate, Fiorano al Serio, Gandino, Gazzaniga, Leffe, Nembro, Peia, Pradalunga, Ranica, Selvino, Vertova e Villa di Serio) e dalla Comunità Montana Valle Seriana.