

GIMNÀSTICA POSTPART

Red adscrita  CAT

Temas

Infancia, Juventud, Mujeres, Escuela de salud, Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física.

Descripción

Sessió d'exercici per després del part. Un cop passada la quarantena, pots venir a realitzar l'activitat, on treballarem de forma conscient especialment musculatura abdominal i sòl pelvià, sense oblidar-nos de tonificar la resta del cos. Però sempre, tenint en compte que la dona es troba en període postpart. Impartida per una fisioterapeuta especialitzada en salut de la dona i sòl pelvià. Professional: Rosa Nieto del centre GlobalTech Clinic & Wellness Cal inscripció prèvia. Us podeu inscriure a l'activitat seguint l'enllaç que trobareu a continuació (Web).

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Mujeres ()

Persona de contacto

Centre Cívic Tomasa Cuevas - Les Corts (93 291 64 62) (cctomasacuevas@progeess.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centre Cívic Tomasa Cuevas - Les Corts

Fecha de última actualización de la actividad

23/04/2024

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

NS/NC

Localización

Calle Dolors Masferrer i Bosch 33-35 08028 Barcelona Barcelona Catalunya España



Fecha de la Actividad

De 12/04/2024 a 14/06/2024

Página web del proyecto

<https://lescorts.inscripcionescc.com/MiramModular/buscador/buscador.jsp?g=1&c=35&a=766>