

CORSO DI POSTPARTO

MAMME E BEBÉ

MED^{più}
SERVIZI MEDICO SPORTIVI



ESTATE
2017

ATTIVITÀ IN ACQUA

CORSO DI POSTPARTO ESTATE

Finalmente è nato! Cosa c'è di più bello del fargli toccare e vedere quel mondo magico, che per mesi ha ascoltato con curiosità dalla pancia della mamma! Il corso è stato creato per accompagnarvi durante tutta la settimana, e per essere vissuto in tre diversi spazi: spazio mamma, spazio mamma-bimbo, spazio famiglia.

SPAZIO MAMMA

La tranquillità della mamma influisce molto sul benessere del piccolo nei primi mesi di vita, per questo dedichiamo alla mamma un'ora di **ginnastica in acqua**, con esercizi personalizzati facendo particolare attenzione all'impiego degli arti superiori, per non ostacolare l'allattamento.

Perché la neomamma possa recuperare lo stato di equilibrio psicofisico ed una corretta rappresentazione corporea, proponiamo **attività graduali** centrate sul recupero del piano perineale, ricerca del tono muscolare generale ed esercizi di allungamento e relax. Tutto ciò incoraggiando lo scambio e il confronto delle proprie esperienze.

Ma dov'è il nostro bimbo nel frattempo? Le nostre qualificate Dade lo accolgono nel caldo e sereno ambiente di **Mamme in acqua**.

SPAZIO MAMMA-BIMBO

Il debutto in piscina avviene non appena il bimbo avrà perso il cordone ombelicale e la mamma si sentirà pronta. Le mamme sono costantemente assistite dalle nostre Dade, nel delicato momento del cambio negli spogliatoi.

Con i piccoli in acqua facciamo le **prime scoperte**, tattili, visive e sonore, sperimentando spruzzi, carezze, coccole, canzoncine, scivolamenti e galleggiamenti e per chi vorrà anche le prime immersioni approfittando del riflesso di chiusura dell'epiglottide che nel primo anno di vita è ancora molto accentuato. Saranno sufficienti 25-30 minuti di lezione. Il sabato anche i papà sono invitati a partecipare all'attività in acqua all'interno del corso **BABYPESCI 0-12 mesi**.

KIT BEBÉ

- 1 COSTUME contenitivo o pannolino per la piscina;
- 2 ASCIUGAMANI o accappatoi.

dal **10 GIUGNO** al **3 LUGLIO**

INGRESSO SINGOLO

€30

senza tesseramento

QUOTE

Include l'**ASSISTENZA**
in spogliatoio e l'accudimento
durante il corso della mamma

ATTIVITÀ IN ACQUA
delle mamme
2 GIORNI a scelta tra
MARTEDÌ/MERCOLEDÌ
e **VENERDÌ**
e il CORSO **BABYPESCI**
LUNEDÌ e **SABATO**

ABB. 5 INCONTRI

€129

ABB. MENSILE

€155

GIORNI E ORARI

LUNEDÌ

30 minuti

12:10 in acqua con bebé

12:40 assistenza
spogliatoio

MARTEDÌ/MERCOLEDÌ VENERDÌ

11:20 accudimento bimbi

11:40 mamme in acqua

50 MINUTI

13:00 ritiro bimbi

SABATO

0-12 MESI

12:10 bimbi in acqua con
papà e mamma
all'interno del corso

30 MINUTI

TESSERAMENTO OBBLIGATORIO

€7 valido fino al 31 AGOSTO,
è richiesta fototessera e il certificato medico:
scopri il servizio **MedPiù**.



NOVITÀ puoi richiedere il **CERTIFICATO MEDICO**,
al nuovo servizio **MedPiù** attivato presso la
Polisportiva.



ACQUAMAGICA® ESTATE

Spazio gioco per **BIMBI** da **0** a **6 ANNI**, con i genitori.

MARTEDÌ/MERCOLEDÌ/GIOVEDÌ

dalle **16:30** alle **17:30**

VENERDÌ

dalle **16:30** alle **18:30**

SABATO/DOMENICA

dalle **10** alle **11:20**

Accesso entro **20 minuti** prima dell'inizio.

PACCHETTO FAMIGLIA 1 €14

1 GENITORE + max 2 BIMBI

PACCHETTO FAMIGLIA 2 €21

2 GENITORI + max 2 BIMBI

INGRESSO SINGOLO €1

per i BIMBI

+ QUOTA NUOTO LIBERO

per l'accompagnatore

www.villaggiodelfanciullo.com/acqua-magica



SEGRETERIA **PISCINA 051 5877764**

LUNEDÌ/MERCOLEDÌ

8 - 20:30

MARTEDÌ 9:30 - 20:30 **GIOVEDÌ** 13 - 20:30

VENERDÌ 8 - 18:30 **SABATO** 9:30 - 18:30

Ingresso **auto**: Via Bonaventura Cavalieri, 3

pedoni e cicli: Via Scipione Dal Ferro, 4

www.villaggiodelfanciullo.com