

# CORSO DI POSTPARTO

MAMME E BEBÉ

**MED**<sup>più</sup>  
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](http://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](http://www.villaggiodelfanciullo.com)