

ATTIVITA' PREPARTO

Durante la gravidanza le istruttrici Eleonora, laureata in Scienze Motorie e Virginia, ostetrica, ti accompagneranno in un percorso specifico, insegnandoti a prendere coscienza dei graduali cambiamenti del tuo corpo. Proponiamo di abbinare l'attività in acqua, dolce e decontratturante, all'attività in palestra per un perfetto equilibrio tra respiro e postura, grazie anche alle tecniche del metodo Feldenkrais®.

ORARIO ATTIVITA'

Mercoledì alle 17.45

Durata 1h30': 45' palestra e 45' acqua

Mercoledì alle 18.30

Durata 1h30': 45' acqua e 45' palestra

Venerdì alle 10.00

Durata 1h30': 45' palestra e 45' acqua

Venerdì alle 13.15

Durata 1h30': 45' acqua e 45' palestra



TARIFFE

Solo Acqua: 8 lezioni € 64

Solo Palestra: 8 lezioni € 64

Acqua e palestra: 8 lezioni € 90

ACQUATICITA'

I corsi di acquaticità accompagnano i bambini nello sviluppo motorio e cognitivo con attività di gioco in acqua riscaldata a 32°C.

DAI 3 MESI AI 12 MESI

I gruppi vengono suddivisi per fascia evolutiva: 3-6 mesi, 6-9 mesi, 9-12 mesi.

ORARIO E TARIFFE ATTIVITA'

Mercoledì primo pomeriggio con la maestra Arianna, laureata in Scienze Motorie. 8 lezioni da 30' € 100

DAI 12 MESI AI 5 ANNI

I gruppi vengono suddivisi per fascia evolutiva: 1-2 anni, 2-3 anni, 3-4 anni, 4-5 anni.

ORARIO E TARIFFE ATTIVITA'

Martedì o mercoledì pomeriggio con la maestra Elisa, laureata in Scienze Motorie. 4 lezioni da 30' € 55 - 8 lezioni da 30' € 100

KIT BEBE'

Pannolino contenitivo impermeabile, asciugamano e per gli accompagnatori a bordo vasca sono obbligatorie le ciabatte.

Il giorno e l'orario saranno confermati in base alla disponibilità.

Per essere contattati vi invitiamo a comunicarci via mail nome, cognome e data di nascita del vostro bimbo!

info@gardathermae.it

MASSAGGIO INFANTILE A.I.M.I.

1 MESE - 8 MESI

Percorso di 5 incontri per imparare a massaggiare il vostro bimbo e per approfondire importanti aspetti che riguardano la relazione che vi unisce!

ORARIO ATTIVITA'

Lunedì alle 10.00 con Eleonora
Durata 1h15'

TARIFFE

5 lezioni € 90