

Плавание для беременных

Харків, Україна

- Подготовка всех мышц к родам;
- Активная тренировка задержек дыхания;
- Растяжка мышц;
- Информация о родах;
- Дыхательные техники;
- Релаксация;
- Психологическая подготовка;
- аэробика в воде
- упражнения на задержки дыхания
- упражнения для укрепления мышц тазового дна
- снятие напряжения в мышцах спины
- профилактика отеков и варикозного расширения вен.

Глубина бассейна от 1, 5 до 3 метров, длина 12 метров. Соблюдены все санитарные нормы. Вода из своей скважины, подогревается.

Акваподготовка – незаменимая тренировка для беременных. Противопоказаний для занятий в бассейне практически не существует. Тренировки можно посещать на любом сроке беременности.

Price: Договірна

Тип оголошення:
Послуги, пропоную

Торг: --

**Малеєва Кристина
Анатольевна**

067-576-59-34

ул. С.Есенина, 3