

LABORATORI POSTURALI

Con **Silvia Nannetti**

venerdì 7 - 14 e 21 novembre ore 18.00-19.30

Il pavimento pelvico femminile

Ciclo di 3 incontri pratici per approfondire la consapevolezza e la gestione dell'area del basso ventre femminile.

Il pavimento pelvico ha un doppio compito di sostegno e di transito.

Tema degli incontri saranno queste importanti funzioni e la relazione con le attività della muscolatura addominale, glutea, della mobilità delle anche e del tratto lombare, nonché della respirazione in quanto facenti parte di un unico sistema.

Singolo incontro € 30 (+ iva 22% per non tesserati)
Sconto 10% per iscrizione a ciclo completo.



Centronatura

Via degli Albari, 4/a - Bologna | tel. 051 223331 - 051 235643
segreteria@centronatura.it

www.centronatura.it

