



CENTRO PILATES

di Milena Jotti

Pre e post parto

Calendario Settembre – dicembre 2020

Lunedì

10.15 - 11.10

post parto mamma neonato
*dal 5 ottobre per 8 incontri
dal 2 novembre per 8 incontri*

13.30 – 14.45

Camminata post parto
durante i mesi aprile –maggio

9.30 – 10.45

Camminata post parto
durante i mesi giugno – luglio

Martedì

18.00 – 18.55

Pilates gravidanza
Iscrizioni sempre aperte

Mercoledì

10.00 – 11.00

Massaggio del neonato
*dal 30 settembre per 5 incontri
dal 18 novembre per 5 incontri*

Giovedì

9.30 – 10.25

Pilates Gravidanza

17.30 – 18.25

Pilates Gravidanza

Iscrizioni sempre aperte

Corsi Privati

Per chi desidera possibilità di fare lezioni individuali sugli apparecchi Pilates in gravidanza e con neonato.