Consulta les nostres activitats a

espaiwellness.com

i descarrega't la nostra APP:

Disponible a App Store

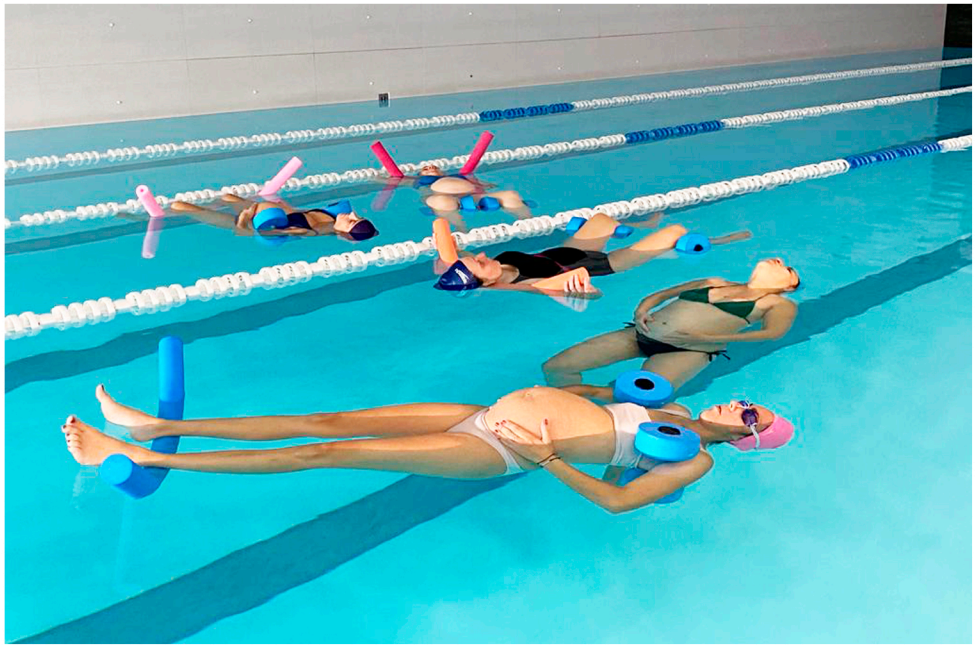
DISPONIBLE A Google Play

Passeig Conca Besòs, 12
08403 Granollers
Tel: 93 861 87 04

Horari: dl-dv: 6h a 23h. Ds-dg i festius: 8h a 21:30h.

ESPAI
VOLEM SER PART DE TU

MAMIESPAI



ESPAI
VOLEM SER PART DE TU

MAMIESPAI

Aquamamis són les classes de preparació per a la maternitat, a dins l'aigua, on es treballa tota la musculatura del cos sense impacte.

Una classe que et permetrà continuar fent activitat física, ara que vius un moment tan especial, i arribaràs al final de l'embaràs en un estat físic òptim.

Aquest tipus d'activitat aporta importants beneficis tant per la mare com per l'infant.

BENEFICIS DE MAMIESPAI

- Reforç de la musculatura de cara al part
- Reduir l'impacte de les articulacions
- Alleugament del pes
- Millora de la circulació sanguínia
- Enfortiment muscular
- Control de l'augment de pes
- Reducció de l'estrès

PREU MAMIESPAI

SOCIS

1 SESSIÓ	14,90€
2 SESSIONS	41,90€
3 SESSIONS	55,30€
4 SESSIONS	69,15€

Per a més informació truqueu al 938 618 704.

Per a més informació podeu enviar un correu a:
Núria Marín: n.marin@espaiwellness.com