



ISTITUTO DUCHENNE

SCUOLA ITALIANA DI EDUCAZIONE FISICA

RICONOSCIUTA DALLA SOCIETÀ ITALIANA DI EDUCAZIONE FISICA (S.I.E.F.)

CORSO GINNASTICA PRE - POST PARTO SABATO 26 MAGGIO 2018

PROGRAMMA DEL CORSO

con la partecipazione della Dott.sa LUCREZIA TORRINI
ostetrica esperta per il parto in acqua

ore 15.00-Presentazione del corso

ore 15.05-Parte teorica:

introduzione anatomico-fisiologica

Le modificazioni generali dell'organismo materno

L'educazione fisica in gravidanza, quali obiettivi

ore 15.40-Parte teorico-pratica

La programmazione

ore 16.20-Parte teorico-pratica:

Il parto in acqua - Dott.sa Lucrezia Torrini

La ginnastica post parto

ore 17.00-Discussione

ore 17.15- Pausa

ore 17.30 - Prove pratiche in palestra

ore 18.45 -Discussione

ore 19.30 -CHIUSURA DEI LAVORI

Costo del corso:

Iscritti I.D.: € 80,00

non Iscritti: € 120,00

Con il patrocinio di:

Società Italiana di Educazione Fisica



SOCIETÀ ITALIANA
DI EDUCAZIONE FISICA

www.duchenne.it