

BENEFICIOS

En el **embarazo**, el cuerpo de la mujer sufre muchos cambios, por lo que la actividad física es fundamental y muy beneficiosa, ya que:

- Se evita el sobrepeso al quemar calorías.
- Hacer deporte ayuda a tolerar el embarazo.
- Sirve de preparación para el momento del parto.
- Ayuda a una buena y pronta recuperación después del alumbramiento.

MARTES y JUEVES de 19'45 a 20'30 h

2 DIAS A LA SEMANA / 45'

PRECIO / MES

29 € Locales

30 € No Locales

CURSO DE EMBARAZADAS EN EL AGUA

Temporada 2018 / 2019



Atarfe Ciudad Deportiva S.A

Excmo. Ayuntamiento de Atarfe

www.acidesa.es



BENEFICIOS

En el **embarazo**, el cuerpo de la mujer sufre muchos cambios, por lo que la actividad física es fundamental y muy beneficiosa, ya que:

- Se evita el sobrepeso al quemar calorías.
- Hacer deporte ayuda a tolerar el embarazo.
- Sirve de preparación para el momento del parto.
- Ayuda a una buena y pronta recuperación después del alumbramiento.

MARTES y JUEVES de 19'45 a 20'30 h

2 DIAS A LA SEMANA / 45'

PRECIO / MES

29 € Locales

30 € No Locales

CURSO DE EMBARAZADAS EN EL AGUA

Temporada 2018 / 2019



Atarfe Ciudad Deportiva S.A

Excmo. Ayuntamiento de Atarfe

www.acidesa.es

