

VerbanoNews

Le news del Lago Maggiore

MammaFit, come tornare in forma dopo il parto

Redazione Varese News · Friday, October 22nd, 2010

L'Associazione Sportiva MoveoStudio di Sesto Calende presenta **MammaFit**. E' un programma che permette alla mamma di effettuare esercizi di allungamento e tonificazione mentre culla il suo bimbo nella carrozzina ed è perciò dedicato alle mamme che hanno partorito da almeno sei settimane, alle mamme che vogliono tornare in forma, alle mamme che non hanno la baby-sitter, alle mamme che vogliono incontrare altre mamme. MammaFit è una ginnastica basata su esercizi di allungamento e tonificazione con l'ausilio della carrozzina o passeggino che diventa parte integrante della lezione.

Il 23 Ottobre 2010 alle 15:30 in Piazza Garibaldi a Sesto Calende, Studio Moveo organizzerà una lezione dimostrativa MammaFit gratuita. Tutte le mamme desiderose di partecipare possono prenotarsi allo 334/8882233 oppure info@moveostudio.com
Per ulteriori informazioni: 0331/914142

This entry was posted on Friday, October 22nd, 2010 at 12:00 am and is filed under [Life](#), [Salute](#)
You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.