

TALLER DE EJERCICIOS EN EL EMBARAZO

BUSCAMOS:

- Mejorar el tono de los músculos que intervienen en el parto.
- Prevenir dolores pélvicos y de espalda.
- Flexibilizar la pelvis.
- Profundizar en las técnicas de relajación y respiración.



- **Martes de 18 a 19:30h** durante el mes de [marzo de 2010](#).
- Aula de relajación San Miguel.
C/Parque San Miguel nº14

ananda67@gmail.com

www.felicidadsaenz.blogspot.com

tf 678362381