

“Perineo, questo sconosciuto”: dalla teoria agli esercizi

Pubblicato: Mercoledì 22 Maggio 2019



L'ultimo dei quattro incontri con l'ostetrica (e mamma) **Gessica Berton** promossi dall'associazione **Mamme in Cerchio** è per **venerdì 31 maggio, dalle ore 10** e sarà dedicato al “**Perineo, questo sconosciuto**”.

Durante l'incontro, rivolto alle mamme e alle donne in gravidanza, l'ostetrica spiegherà l'importanza di allenare il pavimento pelvico prima durante e dopo la gravidanza, **con una parte pratica dedicata agli esercizi** più adatti da praticare in ogni fase del percorso, dal concepimento alla nascita del bambino e oltre.

La partecipazione all'incontro è per tutti libera e gratuita.

La sede di Mamme in cerchio è in via Volta 44 ad Azzate.

Per maggiori informazioni 348 6646880 oppure www.mammeincerchio.org

di bambini@varesenews.it