

GRAVID I BEVÆGELSE

Vil du gerne:

- Forebygge bækkensmerter?
- Reducere risikoen for at opleve komplikationer og gener både før og efter fødslen?
- Få mere overskud under din graviditet?

Så kom og vær med på holdet "Gravid i bevægelse".

**Tirsdage kl. 16-17
Opstart d. 3. maj
Instruktør: Fysioterapeut
Helene Hollensberg**

Holdet er både for dig som inden din graviditet har været i fysisk god form, og gerne vil vedligeholde dette, men i lige så høj grad for dig som ikke er træningsvant, og nu gerne vil i form frem mod din fødsel.

**Priser fra 1270 DKK
Mulighed for tilskud
fra Sygesikring
Danmark**

