

- Préparation aquatique en groupe
- Accompagnement par une sage-femme et une maître nageuse
- Décontraction musculaire dans une eau à 29°
- Exercices de musculation douce
- Exercices de respiration et de relaxation
- Développement du lien affectif avec votre bébé

Horaire

Le vendredi de 20h30 à 21h30 (hors vacances scolaires).

Lieu

Piscine du Stavia, Av. de la Gare 111, 1470 Estavayer-le-Lac.

Conditions

Il n'est pas nécessaire de savoir nager. Certificat médical requis.

Matériel

Maillot de bain, linges, chaussures de plage.

Prix

Forfait de CHF 300.-

Pour 4 séances de groupe en piscine + 1 cours à domicile.

CHF 150.- remboursés par l'assurance de base.

Certaines complémentaires remboursent des montants supplémentaires.
Renseignez-vous auprès de la votre.



Cours en piscine de préparation à la naissance

Inscriptions et informations

076 462 05 29

contact@lesagefemme.ch

Célia Bugnon, maître-nageuse

Jean-Charles Wognin, sage-femme