



NO SAPS PER ON  
COMENÇAR LA TEVA  
RÈCUPERACIÓ  
POST PART?

# PROGRAMA POST PART

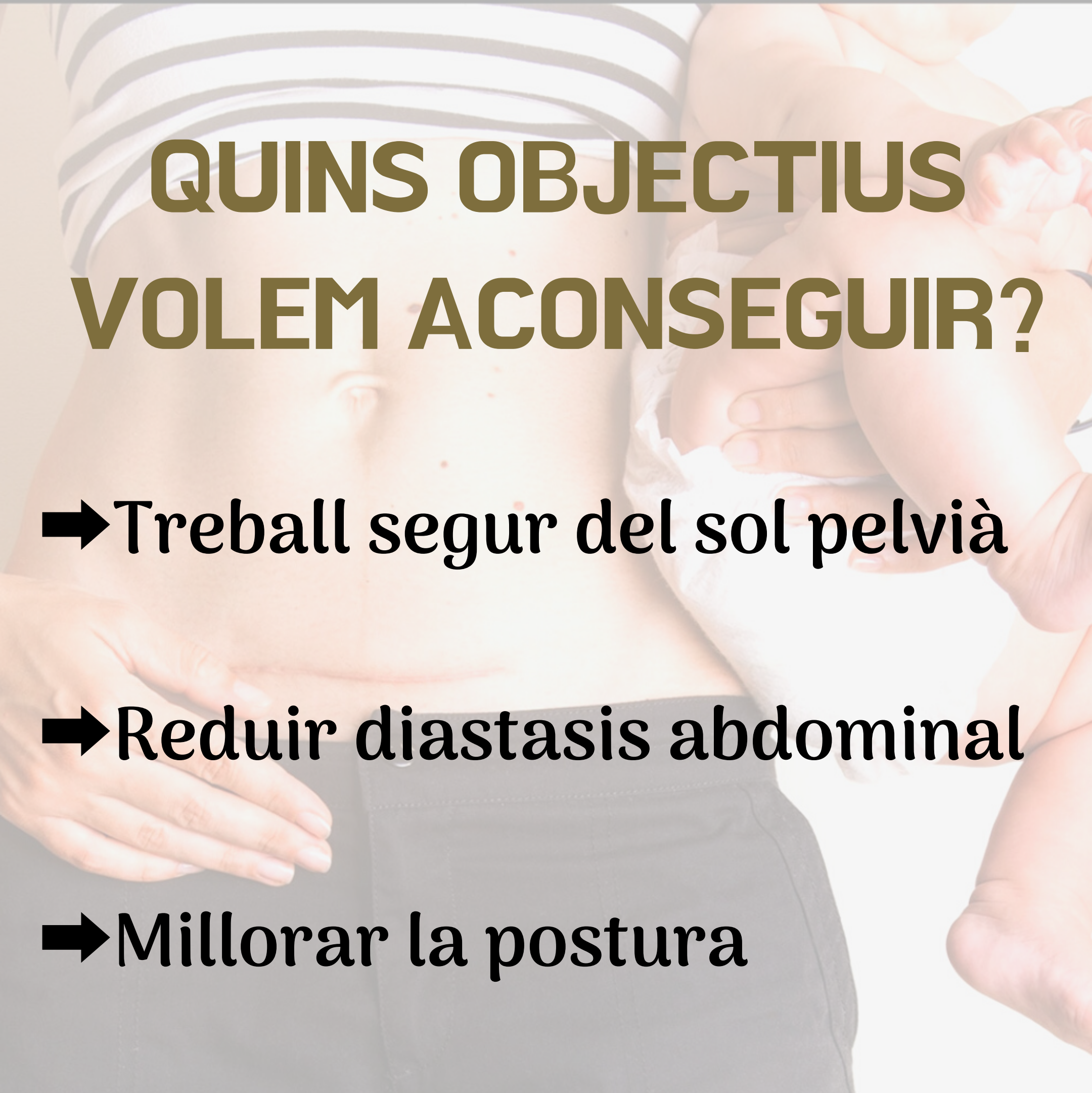


# A QUI VA DIRIGIT EL PROGRAMA POST-PART?

- A les mamis (encara que faci temps que hagi parit).
- Després d'una cirurgia abdominal o pèlvica.
- En obesitat.
- En la menopausa.

# EN QUÈ CONSISTEIX?

- 1  Valoració inicial del teu sol pelvià.
- 2  Sessió amb TECAR wintecare per recuperació abdomen.
- 3  Sessió amb TECAR wintecare per recuperació sol pelvià.
- 4  4 sessions METODE 5P POST-PART
- 5  Valoració final sol pelvià.

A photograph of a pregnant woman's bare midsection. Her hands are resting on her belly. A baby's hands are also visible, reaching out and touching the woman's belly. The background is a soft, light color.

# **QUINS OBJECTIUS VOLEM ACONSEGUIR?**

**➔ Treball segur del sol pelvià**

**➔ Reduir diastasis abdominal**

**➔ Millorar la postura**

A close-up photograph of a pregnant woman's bare midsection. Her hands are gently cradling her belly. To the right, a baby's hands are visible, reaching towards the center. The background is a soft, out-of-focus light color.

**Uneix-te al  
PROGRAMA  
POST-PART**

**Fes exercici saludable i  
dirigit sense deixar al  
teu bebé.**

**Et guiem en la teva  
recuperació.**

A photograph of a pregnant woman's bare belly, showing a navel and some freckles. She is wearing a white and grey striped shirt. To the right, a baby is shown from the waist down, wearing a white diaper. The background is a soft, light color.

**PREU PROGRAMA  
POST-PART  
8 SESSIONS  
200€**