

Una settimana di
prova al bagno 90
MammaFit
Per tornare
in forma
dopo il parto

RICCIONE - Si chiama "MammaFit" e, con una settimana sulla spiaggia del bagno 90, cerca di "rimettere in forma" le signore che hanno appena partorito. Infatti se una neomamma potesse esprimere tre desideri probabilmente sceglierebbe di passare tempo col proprio bambino, rimettersi in forma e rilassarsi (meglio se all'aria aperta). E' questo il segreto del successo della ginnastica col passeggino, una disciplina sportiva nata negli Stati Uniti e che sta iniziando a prendere piede anche in Italia. Ora a Riccione sarà possibile sperimentare questa nuova proposta di fitness, pensata proprio per le mamme di bimbi dai 0 ai 3 anni. In Italia è l'associazione MammaFit che si occupa di promuovere questa pratica che aiuta le donne nel delicato periodo del post-parto a rimettersi in forma e socializzare con altre mamme, tutto senza trascurare il piccolo, anzi proprio con la sua "collaborazione".