

TALLER TEÓRICO-PRÁCTICO

SUELO PÉLVICO

¿QUÉ ES?

¿CÓMO CONOCERLO?

PATOLOGÍAS EN MUJERES Y HOMBRES

¿CÓMO EJERCITARLO?

- EJERCICIOS DE KEGEL

- HIPOPRESIVOS

- HERRAMIENTAS

SEXOLOGÍA

MITOS Y REALIDADES

Taller dinámico y divertido para conocernos un poco más, para prevenir disfunciones y sobre todo para aprender muchas cosas prácticas y sencillas para nuestro maravilloso suelo pélvico.

Se recomienda ropa cómoda y si es posible, traer una toalla pequeña.

Taller dirigido a mujeres y hombres de todas las edades.

Sábado **18 de Marzo** a las **11:00**

Duración aproximada: 2 horas

Rúa Camilo Veiga, 44 - Bouzas - Vigo

Impartido por:

Mari Paz Rodríguez Mazaira

Fisioterapeuta especializada en fisioterapia uro ginecológica.