



KAINININKAS

| | | |
|--|--------|--------|
| 3 paskaitų ciklas TĖVYSTĖS PRADŽIAMOKSLIS | žmogui | šeimai |
| 1 paskaitos kaina | 20 € | 30 € |
| Viso ciklo kaina | 50 € | 80 € |

| | |
|---|--------|
| | žmogui |
| 2 paskaitų ciklas ŽINDYMO PRADŽIAMOKSLIS | 40 € |

| | |
|---|---|
| Individualios akušerės konsultacijos namuose | |
| pirmoji konsultacijos valanda | 50 € + kelionės išlaidos už Vilnaus m. ribų |
| antroji konsultacijos valanda | 25 € |

| | |
|---|-------|
| Makšties raumenų mankšta / <i>womb-building</i> | |
| individuali konsultacija | 30 € |
| 3 konsultacijų ciklas <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Dubens dugno diagnostika, padėties ir raumenų apžvalga (moters anatomija, dubens dugno funkcijos). Supažindinimas su pratimu kompleksu.<input type="checkbox"/> Dubens makštos apžvalga ir individualaus pratimų komplekso parinkimas. Mokymų metu kartu atliksime mažojo dubens raumenų stiprinimo pratimus, aptarsime kiekvieno techniką ir naudą. Išsiaiškinsime fiziologinius moters ypatumus ir pagalbos sau galimybes.<input type="checkbox"/> Jūsų dubens dugno raumenų būklės diagnostika elektroninio matuoklio pagalba. Dubens dugno treniruoklių parinkimas. Autentiškų Kėgelio pratimų mokymai. Susidarius grupei (iki 8 moterų). | 200 € |

| | |
|---|---|
| Individualios kineziterapeutės konsultacijos namuose | |
| kūdikų mankšta ir masažas | 30 € + kelionės išlaidos už Vilnaus m. ribų |