

Современной женщине подвластно все от самостоятельного ремонта собственными руками до головокружительной карьеры. Более того, даже желанное состояние для каждой нежной особы – беременность, не является препятствием для активного и здорового образа жизни. Стоит отметить, что если дама увлекается удивительным прекрасным искусством восточного танца, а именно танца живота – то продолжать тренировки можно и уже, будучи беременной и после рождения малыша.

Преподаватели этого тонкого танцевального искусства уверяют, что танец живота не имеет абсолютно никаких противопоказаний, в том числе и беременность не должна оставить женщину бросить на время любимое занятие. В этот период главный критерий здоровья - это самочувствие беременной женщины, если ритмические движения не вызывают никаких негативных и неприятных ощущений – то все отлично.

Также опытный профессиональный преподаватель попросит будущую мамочку принести справку от врача что она и его развивающееся чадо имеют прекрасное здоровье.

О совместимости танца живота и беременности можно найти очень много информации в Интернете. Достаточно просто ввести в поисковике запрос аналогично словосочетанию [озон в Орске - магазин бытовой техники](#) .