



Beckenbodentraining

Grundkurs für Frauen

Kursbeginn: 14.09.2020

Montags von 18.15 — 19.00 Uhr

6 Einheiten

Kursgebühr: 72,- EUR

Kursleitung: Elisabeth Durschang

Weitere Infos auf der Rückseite....

Kursinhalte und Ziele

Prävention

Stärkung der Stütz Muskulatur, um Blase, Rektum
und Uterus in Position zu halten

Dauerhafte Stabilität des Beckenbodens

Vermittlung theoretischen Wissens zum Thema

Hilfreiche Tipps für den Alltag

Hilfe bei und Vorsorge von Inkontinenz



... unterstützt wird dieses Training
durch unser neues computergestütztes
Beckenbodentrainingssystem

Bei Interesse melden Sie sich bitte unter

Tel: 06022-25650

Wir freuen uns auf Ihren Anruf

MTZ Großwallstadt

Lützeltaler Straße 1a — 63868 Großwallstadt

www.mtz-grosswallstadt.de