

Kontakt

Ingrid
ULRICH

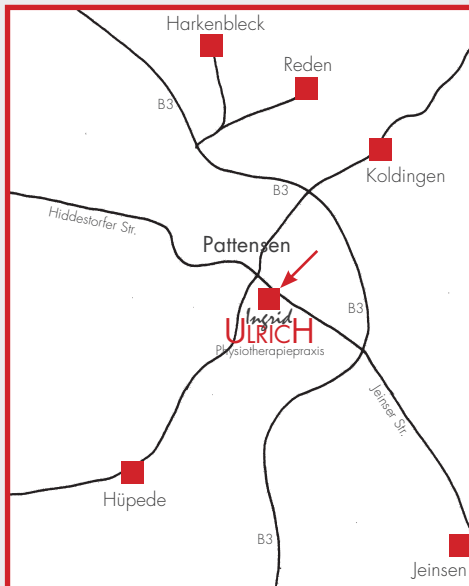
Praxis für Physiotherapie

Jeinser Str. 6
30982 Pattensen
Telefon: 0 51 01 - 66 56
Fax: 0 51 01 - 85 15 84

Öffnungszeiten

Mo-Fr 8.00 - 20.00 Uhr
Sa 9.00 - 13.00 Uhr
oder nach Vereinbarung!

Anfahrt



Ingrid
ULRICH
Praxis für Physiotherapie



Beckenboden- Training

Für Frauen und Männer

Ihre Blase macht Probleme ...

Info

... wenn Sie husten, niesen oder lachen?

Durch Beckenbodentraining kann diesen Problemen entgegengesteuert werden.

Mit dem Beckenbodentraining kann durch körperliches Training eine Blasen- und Darmschwäche überwunden werden. Die persönliche Problematik soll erleichtert und positiv beeinflusst werden.

In den Kursen wird auch theoretisch über die Anatomie und Funktion des Beckenbodenbereiches informiert.

Für wen ist der Kurs sinnvoll?

Für Frauen ...

- ... nach der Geburt
- ... mit Blasen- und Darmschwäche
- ... bei denen urologische, gynäkologische und/oder proktologische Operationen durchgeführt wurden
- ... mit Stress- und/oder Darminkontinenz
- ... mit einer Organsenkung

Für Männer ...

- ... nach Prostataoperationen
- ... nach Darmoperationen
- ... mit Blasenschwäche

Ziele

- Hilfestellung für den Tagesablauf im Alltag.
- Verbesserung der Wahrnehmungsfähigkeit für Beckenboden, Atmung und Haltung.
- Übungsangebote zur Kräftigung.
- Informationen und Einführungen über für Sie gut geeignete Sportarten und Freizeitgestaltungen.

Unsere Beckenboden Kurse werden von Physiotherapeuten mit spezieller Zusatzausbildung geleitet.

Kursdauer

8 Abende

Kursbeginn

nach Absprache

Kurskosten

Siehe Einleger

Kurszeiten

nach Absprache

Bei Fragen rufen Sie uns an,
wir beraten Sie gern.

