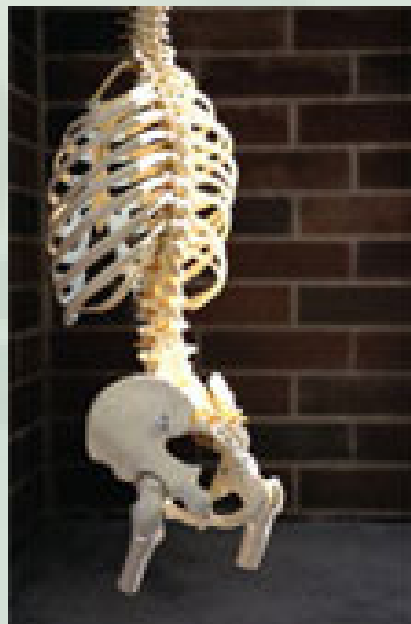


Beckenbodenbehandlung

Training der Beckenbodenmuskulatur wird angewendet bei Blasenfunktionsstörungen und Inkontinenz. Diese treten beispielsweise nach Unterleibsoperationen bei Frauen und Prostataoperationen bei Männern auf. Darüber hinaus ist das Beckenbodentraining als Rückbildungsgymnastik besonders wichtig nach Kindsgeburten zur Therapie und Prophylaxe der vorgenannten Beschwerden.

Die Fachkenntnisse des Therapeuten über die Funktion des Beckenbodens bei Alltagssituationen wie schweren Gegenständen ermöglicht einerseits lasteten, insuffizienten gezieltes individuelles Ziel der Behandlung ist zwischen der Druckinnenraumes bei Kraft der Beckenbodendamit die Halte- und Beckenbodenmuskulatur gewährleistet ist. Techniken zur Körper-Training der Becken-



Husten, Niesen, Heben von und "falschem" Bücken eine Schonung der über-Muskulatur, als auch ein Aufbautraining.

es, ein Gleichgewicht belastung des Bauch-Alltagsbelastungen und der muskulatur herzustellen, Schließfunktion der in allen Alltagssituationen Zur Anwendung kommen wahrnehmung und muskeln bei Alltags-

belastungen. Das Erspüren ökonomischer Aktivität in Haltung und Bewegung hilft Fehlbelastungen im Alltag zu vermeiden. Besondere Trainingsformen mit speziellen Übungsgeräten und Feedbackmöglichkeiten können die Therapie ergänzen. Unumgänglich ist ein intensives Eigentaining der betroffenen Patienten. Die Gruppen bestehen aus mind. 4, maximal aber 6 Teilnehmern und finden in der Regel 2mal wöchentlich für 1 Stunde statt. Ein Kurs besteht normalerweise aus 10 Stunden.

Termine und Preise entnehmen Sie bitte dem aktuellen Kursprogramm. Bitte verstehen Sie, dass eine Teilnahme nur nach schriftlicher Anmeldung möglich ist. Bei zu vielen Anmeldungen entscheidet die Reihenfolge des Eingangs der Anmeldungen.

Sie glauben nicht was Sie erleben