

Beckenbodentraining

» Fit nach der Geburt «

nach dem bewährten Bebo®-Konzept



» Fit nach der Geburt «

Grundkurs 8 Einheiten à 75 Min

Kursgebühr 120 Euro

(Wird von den Krankenkassen nach § 20 Abs. I SGBV bezuschusst oder komplett übernommen!)

Weitere Details nach telefonischer[®] Rücksprache.

Ich freue mich auf Deinen Anruf!

Anne Schettler

Ergotherapie – Beckenboden – Reiki

Tel: 01 52 / 28 53 25 80

Mail: anneschettler-bebo@arcor.de

Unser Beckenboden ist verantwortlich für unser Körpergefühl, unsere Haltung, unsere Figur und somit für unser inneres & äußeres Erscheinungsbild.

Lerne, Deinen Beckenboden bewusst in den Alltag zu integrieren und vor unnötigen Belastungen zu schützen. Mit gezielten Übungen wird die Rückbildung unterstützt, Rücken, Bauch, Beine & Po gekräftigt.

Erfahre Deinen Beckenboden als tragende Kraft Deiner weiblichen Mitte, der Dich in Deinem „Mama“-Alltag unterstützen kann.

Dein Baby ist natürlich ♥-lich willkommen!