

Beckenbodenkurs für die Frau

**Beckenbodenschwäche muss nicht sein!
Inkontinenz muss nicht sein!
Senkungsbeschwerden müssen nicht sein!**

Wenn sie im Alter nicht unter diesen Beschwerden leiden wollen:

**Beugen sie vor!!!
Wir bieten für sie:**

Beckenboden-Kurs mit 8 Abenden

- Aufklärung über Beschwerden im Alter die durch einen schwachen Beckenboden begünstigt werden
- Wahrnehmungsschulung für den Beckenboden
- Entlastung des Beckenbodens
- Beckenboden-Training
- Aufklärung über Trinkverhalten und Problemlösungen beim Wasserlassen und Stuhlgang

Kursleitung: Gertrud Kretschmer, Physiotherapeutin
Kursbeginn: **Kurs 1:** jeweils Mittwoch, 24. Sept. 2014, 8:15 – 9:15 Uhr
Kurs 2: jeweils Donnerstag, 25. Sept. 2014, 19.00 – 20.00 Uhr
Kursdauer: 8 x 1 Stunde (60 Min.)
Kursort: Physiotherapie-Praxis Kretschmer, Gräfin-Adelheid-Str. 3, 83308 Trostberg
Tel.: 0 86 21/905 99 51
Kosten: 80,00 € (inklusive Kursunterlagen)
Der Kurs wird von einigen Krankenkassen bezuschusst (fragen sie nach)
Anmeldeschluss: 17.09.2014 (Teilnehmerzahl begrenzt)

Für Fragen steht ihnen Frau Gertrud Kretschmer (Physiotherapie-Praxis Kretschmer) gerne zur Verfügung.

Ichwohnhaft in

Tel..... melde mich verbindlich für folgenden Beckenboden-Kurs an.

- **Kurs 1:** jeweils Mittwoch, 24. Sept. 2014, 8:15 – 9:15 Uhr
- **Kurs 2:** jeweils Donnerstag, 25. Sept. 2014, 19.00 – 20.00 Uhr

Die Gebühr von 80,00 € entrichte ich am ersten Abend.

....., den

Ort

Datum

Unterschrift