KURS BECKENBODEN TRAINING

ganzheitlich + präventiv

Nächster Kursstart

29. April - 24. Juni 2020

Mittwoch, 18:00 - 19:15Uhr / 8x75min

Inhalte:
Anatomie und Physiologie des Beckens und der Blase, Körperwahrnehmungsübungen, Schulung der Atmung, Koordinations- und Gleichgewichts-Übungen, Ganzkörperkräftigungsübungen unter gezielter Einbindung des Beckenbodens

Gruppengröße: 6 - 8 TN
Kosten: 115€

Diese Präventionsmaßnahme ist nach §20 SGB V von den gesetzlichen Krankenkassen zu ca. 80% bezuschussungsfähig. (Kurs-ID 20170814-944869)

ANMELDUNG

LYN BEYER
Dipl.-Sportwissenschaftlerin
Prävention_Rehabilitation

lyn.beyer@ewetel.net
Mobil + 49 173 53 41 44 6