

Ortho-Mobile



Gesundheit neu erleben



in Bochum

BECKENBODEN & Schließmuskeltraining

Ein Training zur Prävention und
Therapie für Frauen und Männer

GESUNDHEITSCLUB
Ortho-Mobile in Bochum
Kurt-Schumacher-Platz 7
44787 Bochum

0234 / 92 7227 80
www.ortho-mobile-bochum.de
bochum@ortho-mobile.de

Ihr Gesundheitsclub



Beckenboden- und Schließmuskeltraining

Mögliche Ursachen

- Bindegewebschwäche
- Geburten
- Bewegungsmangel
- Dauerbelastung durch chronische Atemwegserkrankungen (Hustenattacken)
- Hormonelle Umstellung in den Wechseljahren
- Unterleibs- und Prostata-Operationen

Behandlungsprogramm

- Wahrnehmungsschulung
 - des Beckenbodens,
 - der Atmung,
 - der Haltung und Bewegung
- Therapeutische Übungen
- Wissensvermittlung
- Verhaltenstraining

Wie bekommen Sie die Therapie?

- Hausarzt, Urologe oder Gynäkologe können 6 x KG / Beckenbodentraining verordnen.
- Eine Präventivbehandlung ohne Rezept erhalten Sie auf Selbstzahlerbasis



Es behandelt Sie

Ulla Jacobsen

Physiotherapeutin