



BECKENBODEN & Schließmuskeltraining

Ein Training zur Prävention und
Therapie für Frauen und Männer

Ortho-Mobile



Gesundheit neu erleben



www.orthomobile.de
info@orthomobile.de



Zugelassen für alle gesetzlichen und privaten Krankenkassen,
Rentenversicherungsträger und Berufsgenossenschaften

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

Wir beraten Sie gern

Ortho-Mobile Hattingen

August-Bebel-Str. 8-10, 45525 Hattingen

Tel. **02324 / 68 333 10** oder info@orthomobile.de

Gesundheitsclub Ortho-Mobile in Bochum

Kurt-Schumacher-Platz 7, 44787 Bochum

Tel. **0234 / 92 7227 80** oder bochum@orthomobile.de