

**Neues Angebot
ab 17.06.2020**



Rückbildung / Beckenbodentraining

am Morgen (mit Kind)

Schwangere und frisch gebackene Mamas aufgepasst:

Ab Mitte Juni gibt es auch im Gaisenhaus Rückbildungskurse bzw. ein Beckenbodentraining! Für Frauen nach der Entbindung ist ein Rückbildungskurs unerlässlich für einen gesunden und gut funktionierenden Beckenboden. **Aber auch alle anderen Frauen, die ihren Beckenboden stärken möchten sind willkommen!**

Die Physiotherapeutin und qualifizierte Kursleiterin Anke Haase wird anhand gezielter Rückbildungstechniken den Beckenboden kräftigen. Bei diesem Kurs am Morgen könnt Ihr bei Bedarf Eure Babys mitbringen. Deshalb geht dieser Kurs auch 15 Minuten länger als der Kurs am Abend, der ohne Babys stattfindet. Interesse? Dann meldet Euch gleich an, die Plätze sind limitiert! Gerne kann man sich auch schon für einen neuen Kurs im Herbst vormerken lassen.

Die Krankenkassen übernehmen zurzeit noch keine Kosten von Rückbildungskursen, die von Physiotherapeuten geleitet werden. Bitte trotzdem beantragen. Vielleicht klappt es in ein paar Fällen doch.

Infos und Anmeldung bei: Katharina Ockert,

E-Mail: leitung@gaisenhaus.de

Kosten: 140 Euro für einen Block mit 7 Terminen

Beginn: Dienstag 17.06.2020 **Ende:** 28.07.2020

Uhrzeit: dienstags von 9:00 bis 10:15 Uhr



Wann:

**7 x wöchentlich
immer dienstags
9:00 – 10:15 Uhr**

Beginn:

Di 17.06.20

Wo:

Hornbergstr. 99

**Anmeldung
erforderlich**

**Teilnahmegebühr:
140 Euro für
7 Termine**

**STADTTEIL- UND
FAMILIENZENTRUM
GAISENHAUS**

Hornbergstr. 99 u. 107
70188 Stuttgart

www.gaisenhaus.de

Tel. 0711 9123 5427

Mob. 0152 5321 4731