

NEU in der Praxis Bewegt.

# BECKENBODEN THERAPIE

PRAXIS *Bewegt.*  
Physiotherapie &  
Osteopathie



**Ein gesunder Beckenboden und eine stabile Körpermitte sind für die Lebensqualität von zentraler Bedeutung.**

Aus diesem Grund haben wir uns auf Funktionsstörungen im Becken und Beckenboden spezialisiert.

- Müssen Sie häufig zur Toilette?
- Leiden sie unter starkem Harndrang?
- Verlieren sie Urin beim Huste, Niesen oder Heben?
- Haben sie ein Fremdkörpergefühl in der Scheide?
- Fühlen sie sich instabil in der Körpermitte?
- Wünschen sie sich Unterstützung in den Wechseljahren oder in und nach der Schwangerschaft?
- Wünschen sie sich individuelle Betreuung in der Rückbildungszeit?

**Dann sind wir ihr richtiger Ansprechpartner!**

*Ihre Praxis Bewegt.*

PRAXIS Bewegt GmbH  
Vor den Höfen 18  
31303 Burgdorf

Telefon 05136 / 9 70 12 70  
[http:// www.praxis-bewegt.de](http://www.praxis-bewegt.de)  
Mail [hallo@praxis-bewegt.de](mailto:hallo@praxis-bewegt.de)

NEU in der Praxis Bewegt.

# BECKENBODEN & BAUCH Check-up

PRAXIS *Bewegt.*  
Physiotherapie &  
Osteopathie



## Für wen ist ein Beckenboden & Bauch Check-up geeignet?

- Du möchtest nach der Schwangerschaft und der Rückbildungszeit wieder Sport machen, bist dir aber nicht sicher ob deine Körpermitte wieder stabil genug ist?
- Du möchtest deinen Beckenboden optimal auf die Veränderungen in den Wechseljahre vorbereiten?
- Du spürst Veränderungen wie häufige Toilettengänge, starkes Dranggefühl oder Verlust von Urin beim Niesen?
- Du bist dir unsicher, ob du deinen Beckenboden richtig anspannst?

## Innerhalb von 60 Minuten

- beschäftigen wir uns in einem Gespräch mit ihren Themen, Fragen und Wünschen
- untersuchen ihren Beckenboden manuell auf seine Funktion und beurteilen die Lage der Organe
- machen die Funktion des Beckenbodens mittels Ultraschall sichtbar, so dass Sie selbst fühlen und sehen können wie Sie an- und entspannen
- besprechen die Befunde und das weitere Vorgehen.
- Sie erhalten eine erste Übung für ihre Beckenbodenmuskular

Vereinbaren Sie einen Termin, *Ihre Praxis Bewegt.*

PRAXIS Bewegt GmbH  
Vor den Höfen 18  
31303 Burgdorf

Telefon 05136 / 9 70 12 70  
[http:// www.praxis-bewegt.de](http://www.praxis-bewegt.de)  
Mail [hallo@praxis-bewegt.de](mailto:hallo@praxis-bewegt.de)