



St.-Clemens-Hospital Geldern

Aktuell

## **Vortrag und Übung: Beckenboden-fit in jedem Alter**

07.06.2017

Mittwoch, 07.06.2017 um 19:00 Uhr

Im ersten Teil des Abends informieren die Referenten über die Ursache von Blasenschwäche, insbesondere in jungem Alter, sowie Möglichkeiten der Prävention und Therapie. Der zweite Teil widmet sich dem Beckenbodentraining. Anna Szewczyk, zertifizierte Beckenbodentrainerin, präsentiert Teile ihres Programms zur Stärkung des Beckenbodens und lädt mit einigen einfachen Übungen zum Mitmachen ein.

**Zielgruppe:** Frauen in jedem Alter

**Referenten:** Dr. med. Volker Hoffmann, Chefarzt der Frauenklinik und Anna Szewczyk, zertifizierte Beckenbodentrainerin im St.-Clemens-Hospital

**Raum:** Versammlungsraum in der 4. Etage des St.-Clemens-Hospitals

Die Veranstaltung ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

[<- Zurück zu: Veranstaltungen](#)