



VORTRAG UND GESPRÄCH MIT ÜBUNGEN

Ulrike Steiner, Physiotherapeutin, Bad Häring

Beckenboden

Kraft aus der Körpermitte

Bei diesem Vortrag erfahren Sie Wissenswertes über den Zusammenhang Beckenboden und Unterleibsorgane, speziell Blase, sowie Haltung und Atmung. Sie erhalten einfache, praktische Tipps zur Selbsthilfe für den Alltag und Ihr Wohlbefinden.

Hinweis: Die Veranstaltung findet für Frauen statt.

Do, 23. Jänner 2025 | 19.30 Uhr

Pflegeheim Scheffau am Wilden Kaiser
Oberfeld 1



Freiwillige Spenden
ANMELDUNG bis 22. Jänner 2025 bei Margareta Jäger,
Tel. 0660 188 5647, kbw.scheffau@gmail.com