

Beckenboden- Gruppe

Gezieltes Training zur Verbesserung
der Lebensqualität

Die Beckenboden-Gruppe ist eine Ergänzung zur Einzeltherapie für Patienten mit Urin- und Stuhlinkontinenz, muskulären Dysfunktionen wie auch Schmerzen im Beckenbereich.

Die Gruppe hat zum Ziel, die Wahrnehmung des Beckenbodens durch Theorie und praktische Übungsanleitung zu schulen, Entlastungsmöglichkeiten anzuleiten sowie ein sinnvolles Kräftigungsprogramm zu erarbeiten, welches auch im Alltag umsetzbar ist.



Ort

Turnsaal 1 im St. Claraspital Basel
Abteilung Physiotherapie

Zeit

Jeden Dienstag von 16.30 bis 17.20 Uhr
Vor Anmeldung obligatorisch

Kosten

- Falls ärztlich verordnet, werden die Kosten in der Regel von der Krankenkasse übernommen
- Als Selbstzahler:
 - Einmalige Teilnahme 25 CHF
 - 12er Abo 250 CHF

Mitbringen

Bequeme sportliche Kleidung, Handtuch,
Antirutschsocken, Pilatesmatte*

Fühlen Sie sich angesprochen?

Kontaktieren Sie uns, wenn Sie sich anmelden möchten oder Fragen haben. Wir helfen Ihnen gerne weiter.

Information und Anmeldung

Physiotherapie St. Claraspital

T +41 61 685 83 90, physiotherapie@claraspital.ch

Beckenbodenzentrum St. Claraspital

T +41 685 84 85, beckenboden@claraspital.ch

* Im Physio-Shop erhältlich