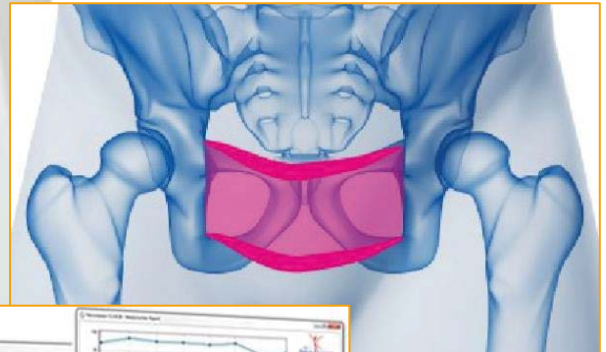


EXCIO BECKENBODENTRAINING

bleibfit
FITNESS IM AQUARIUM

JETZT NEU
IM STUDIO!

Excio
Pelvictrainer



Das erste BECKENBODENTRAININGSGERÄT mit integrierten Sensor in der Sitzfläche. Direktes Feedback über die richtige Anspannung mittels eines Monitors.

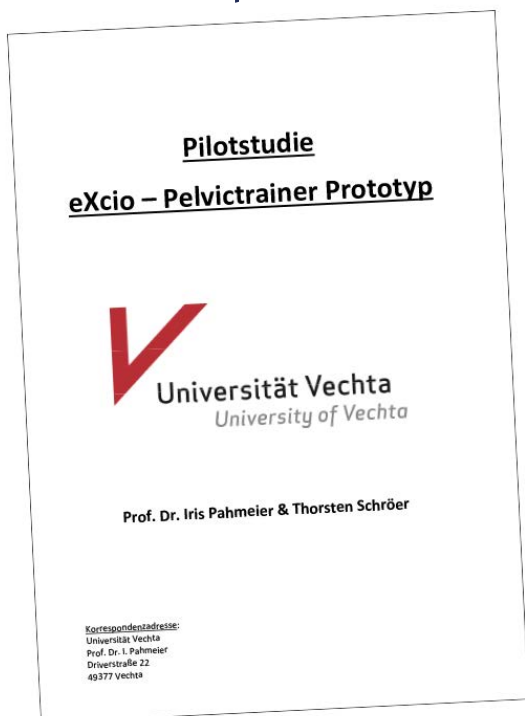
- Gutes Körpergefühl und aufrechte Haltung fördern
- Blasenschwäche und Gebärmutterabsenkung vorbeugen

Gratis Probetermin unter: 03332 449-375



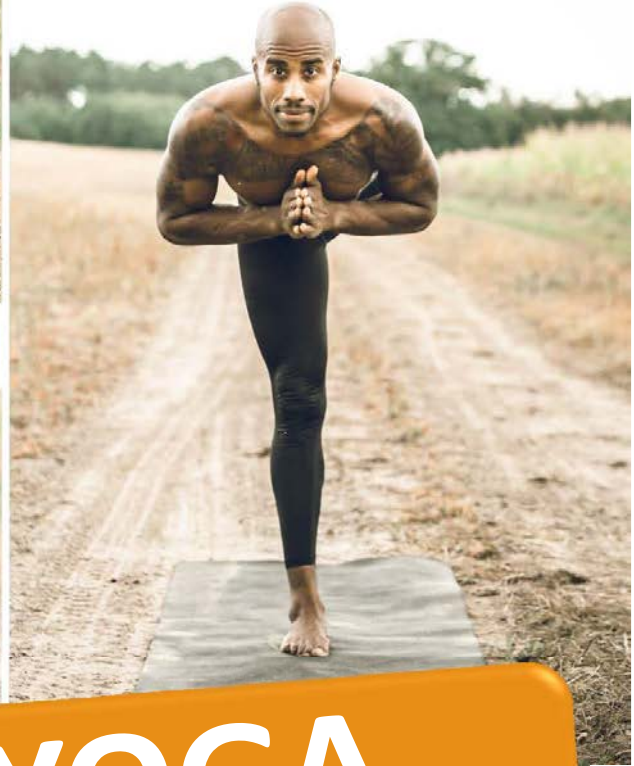
Anwendungsgebiete mit vorliegenden Diagnosen:

- Blasenschwäche
- Darmschwäche
- Übergewicht
- Haltungsschäden
- vor und nach der Geburt
- bei Bindegewebsschwäche durch Hormonveränderung in den Wechseljahren
- bei Gebärmutterabsenkung
- nach Operationen im Beckenbereich bei Rückenbeschwerden



deutlich spürbare
Beckenbodenaktivität

unwillkürlicher
Urinverlust hat sich
innerhalb vom kurzen
Interventionszeitraum von
3 Monaten verringert



YOGA

NEU mit Vaughn

Yoga lebt vom Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung und eignet sich hervorragend, um einen Ausgleich zum stressigen Alltag oder auch zu anderen Sportarten zu erfahren.

Start? 26.09.2018 mit Vaughn
Kurszeit? Mittwoch; 9:15-10:00 Uhr
Wo? Kursraum 1