

02. August 2017

ags-Termine

Blick aufs Becken



Gezieltes Beckenboden-Training im ags führt dazu, dass sich die Haltung verbessert und Rückenbeschwerden nachlassen. Foto: Paul Maaßen

Kempen - Der Beckenboden bildet den muskulären Abschluss des Bauchraumes und hat wichtige Funktionen. „Gezieltes Beckenboden-Training gibt den Organen ihren Halt zurück, Rückenschmerzen lassen nach und Reizblase oder Blasenschwäche verbessern sich“, sagt Claudia Kammler-Rhein vom Kempener ambulanten gesundheitszentrum stefelmanns (ags). Die Physiotherapeutin im ags an der Schorndorfer Straße 15 bietet im Herbst wieder einen Kurs *BeckenPro* an. Der ags-Lehrgang findet acht mal jeweils 75 Minuten statt und kostet 135 Euro. Die Kosten können bis zu 80 Prozent von der Krankenkasse erstattet werden. Information und Anmeldung unter Tel. 02152/518113.

www.ags-kempen.de