FMGZ
FRAUEN- UND MÄDCHEN
GESUNDHEITSZENTRUM
REGION HANNOVER E. V.

DEIN BECKENBODEN – DEIN KRAFTZENTRUM

Basiswissen in Verbindung mit Übungen & Beckenboden-Yoga
für Prävention und Rehabilitation

- In diesem Workshop erwartet dich ein ausgewogener Mix aus Theorie und Praxis rund um den Beckenboden.
- Für alle Frauen, die Lust haben mehr über ihren Beckenboden ganzheitlich zu erfahren und zu erspüren.
- Kosten pro Workshop nach Selbsteinschätzung zwischen 10-20 €
- Einzelberatungen bei Beckenbodenbeschwerden können im FMGZ vereinbart werden.

Wo? Wann?

28.11.26 von 11-15 Uhr
im Ardea in Wennigsen
(Albert-Einstein-Straße 2B
Degersen
30974 Wennigsen (Deister))

Kursleitung und Beratung:
Edelgard Charlotte Fink
Zertifizierte Trainerin nach Susanne Schwärzler
Fortbildung in Beckenboden-Yoga bei Sarah Lucke

ANMELDUNG ÜBER FMGZ

Tel: 0511-3004546 oder E-Mail: info@fmgz-hannover.de
Veranstaltungsort: Ardea,- Ort der Lebendigkeit,
Albert-Einstein-Straße 2 B, 30974 Wennigsen

gefördert durch die Region Hannover