



Rückbildungsgymnastik

Kurs / Workshop

Rückbildungsgymnastik

Die Rückbildungsgymnastik ist nach dem Wochenbett ein Schritt für jede Frau ihre beanspruchten Muskelpartien zu kräftigen. In der Schwangerschaft lockert sich das Gewebe hormonell bedingt auf. Daher ist die Rückbildungsgymnastik für alle Frauen sinnvoll, auch nach einem Kaiserschnitt. Rückbildungsgymnastik dient der Frauengesundheit um jetzt für später Inkontinenzprobleme und Senkungenbeschwerden vorzubeugen.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Hebamme Schneider

Alter des Kindes

0 bis 1 Jahre

Wann?

Termin(e)

23.05.2023 jeden Dienstag um 18:00 Uhr

Wo?

Berglandklinik

Am Hundebrink 6
58511 Lüdenscheid

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Weitere Angaben zur Anmeldung

[Großes Kursangebot in der Meine Berglandklinik
Lüdenscheid \(meine-berglandklinik-luedenscheid.de\)](#)

Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

Kosten des Angebots

kostenlos

Durchführende Organisation

Berglandklinik

Am Hundebrink 6
58511 Lüdenscheid

Name Kontaktperson

Hanni Hallmann

Telefon

02351-43890

Email

elternschule@meine-berglandklinik-luedenscheid.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)