



# Beckenboden-Personaltraining für Frauen und Männer mit dem Pelvictrainer



Der Pelvictrainer ist ein therapeutisches Gerät, das speziell für die Behandlung von Funktionsstörungen der Beckenbodenmuskulatur entwickelt und hergestellt wurde.

Hierzu zählen Impotenz und andere sexuelle Störungen, Harninkontinenz, Stuhlinkontinenz und Instabilität des Beckens.

Der Pelvictrainer kann zur Stärkung der Beckenbodenmuskulatur angewandt werden, um deren Funktion zu verbessern oder präventiv Funktionsstörungen der Beckenbodenmuskulatur zu lindern oder verhindern.

Der Pelvictrainer ist ein Gerät zum einfachen und komfortablen Training der Beckenbodenmuskulatur. Er informiert dich über das Kontraktionsniveau deiner Beckenbodenmuskulatur und gewährt Einblick in deine Trainingsleistungen und Fortschritte.

**Er macht deine dynamische Beckenbodenkraft sichtbar** - dabei ist nicht nur das Anspannen, sondern ebenso das Loslassen sehr wichtig, denn ein verspannter Beckenbodenmuskel ist ebenfalls ein schwacher Muskel!

## Trainingskonditionen

**½ Std.** Beckenboden-Personaltraining kostet **CHF 60.-**

**1 Std.** Beckenboden-Personaltraining kostet **CHF 100.-**

Ich bin **krankenkassenanerkant** via QualiCert (ZVV)

**Anfragen/Termine via:** [mail@kravina.ch](mailto:mail@kravina.ch), oder: **076 470 85 98**

oder via Kontaktformular auf der Homepage.

Mehr Infos zur Beckenbodenmuskulatur auf meiner Homepage:

[www.kraft-von-innen-nach-aussen.ch](http://www.kraft-von-innen-nach-aussen.ch)