art of motion
contemporary movement education

TESTAT

Bewegte Rückbildung

ausgestellt für den vollständigen Kursbesuch an

Petra Reiter

Ort	Sense of Space • Zentweg 17a • 3006 Bern • Switzerland
Datum	07. September 2018
Zeit	Jeweils von 09:00h bis 17:00h
Kursstunden	7 Stunden Anwesenheitsunterricht

Kursinhalt

- Der Beckenboden nach der Geburt.
- Häufige Beschwerden nach der Geburt (Inkontinenz, Dammschnitt, Organsenkungen, Rectusdiastase, Schmerzen im Beckenbereich).
- Unterschied Spontangeburt und Kaiserschnitt in Bezug auf die Rückbildung.
- Alltagsverhalten bei Beschwerden.
- Do's and Dont's in der Pilatesstunde nach der Geburt.
- Organisation eines Rückbildungskurses.

Ausbilderin
Sue Peyer

Bern, 07. September 2018

Datum

Geschäftsleiterin

Babuche Gruber

BGB schweiz
EMS fit
Deutscher Pilates Verband