



Rektusdiastase- Beratung

Kurzinfo Beratung

Als zertifizierte Rektusdiastase-Beraterin und Beckenbodenkursleiterin nach BeBo® bist du bei mir mit Fragen rund um die Rektusdiastase und den Beckenboden gut aufgehoben. Hast du das Gefühl, dass deine Körpermitte sehr instabil ist? Leidest du unter Rückenschmerzen oder an Unwohlsein, besonders nach dem Essen? Sieht dein Bauch aus, als wärst du noch schwanger? Oder hast du gar Schmerzen im Bauch- und Beckenbereich? All diese Symptome könnten auf eine Rektusdiastase hindeuten. Du erhältst in der persönlichen Beratung fundierte Informationen zu Symptomen, Diagnostik und Therapie der Rektusdiastase. Du wirst eine detaillierte Erstanamnese mit Trainings- und Alltagsanpassungsempfehlungen erhalten. Je nach Schweregrad der Rektusdiastase folgt eine Weiterempfehlung an einen Spezialisten (Physiotherapie, Osteopathie, Beckenbodentherapeut o.ä.)

Kosten

75.00 CHF pro Beratungstermin à 60 Minuten

Ort

Aktifam GmbH, Tägerhardstrasse 90, 5430 Wettingen

Beratungsdokumente

Die Beratung wird dokumentiert. Sämtliche Dokumente (Rektusdiastase-Anamneseblatt, Trainings- und Alltagsempfehlungen, weiterführende Literaturempfehlungen, etc.) wirst du per Email nach dem Erstgespräch erhalten.

Krankenkassenanerkennung

Eine Rektusdiastase-Beratung gehört zu gesundheitsfördernden Präventionsmassnahmen. Daher übernehmen die Krankenkassen in der Regel keine Beiträge.

Beraterin

Andrea

Anmeldung

Individuelle Beratungstermine nach Absprache.

Bitte melde dich per Email info@aktifam.com oder per Telefon +41 76 335 20 19.

Aktifam®

Aktifam GmbH, Tägerhardstrasse 90, 5430 Wettingen