

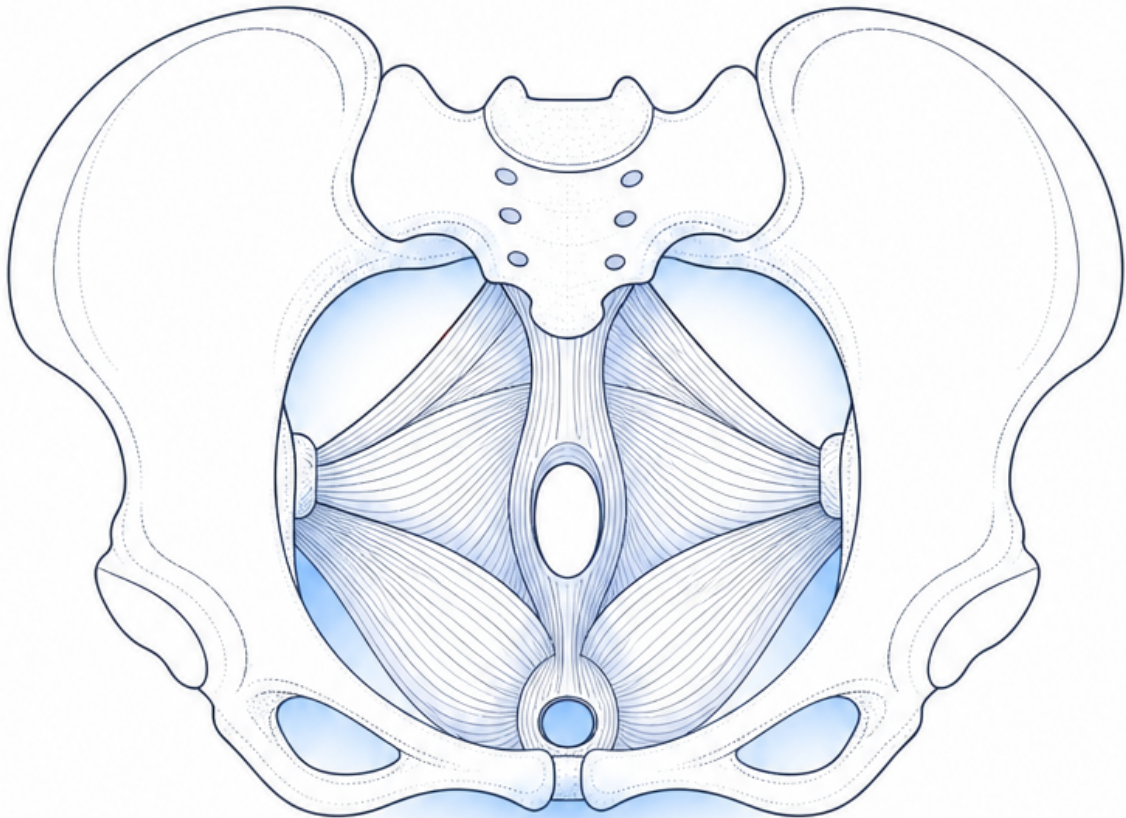


Starker Beckenboden in 20 Minuten

Dein Praxis-Guide von Spektrum Praxis Berlin

Spektrum Praxis Berlin

Was ist der Beckenboden?



Der Beckenboden ist eine Muskelgruppe die Blase, Darm und Gebärmutter bzw. Prostata stützt.

- Wichtig für Blasenkontrolle
- Trägt innere Organe
- Für Frauen UND Männer relevant
- Schwächt sich mit dem Alter ab.

5 Zeichen, dass dein Beckenboden Hilfe braucht



1. Unwillkürlicher Urinverlust beim Husten, Niesen oder Lachen



2. Häufiger Harndrang tagsüber und nachts



3. Beckenschmerzen oder Rückenbeschwerden



4. Gefühl von Schwere oder Druck im Becken



5. Einschränkungen beim Sport oder im Alltag

So funktioniert der EMP Chair Pro



01

Termin
buchen



02

Bequem
Platz nehmen –
kein Ausziehen
nötig



03

Der Stuhl
übernimmt –
20 Minuten
effektives
Training

Die elektromagnetische Stimulation
trainiert tiefliegende Muskeln,
die du alleine nicht erreichen kannst.
Für Frauen und Männer.

Dein nächster Schritt

Buche jetzt deine kostenlose Probesitzung
am EMP Chair Pro. Unverbindlich.
Ohne Sportkleidung. In nur 20 Minuten.

calendly.com/spfl-info

Hohenschönhausen • Karow • Weißensee

Spektrum Praxis Berlin