



OBERWART



Bildnachweis: Mag.^a Leni Kastl

WELTFRAUENTAGSGESCHENK - frau tut
sich etwas Gutes!

Vortrag auf ZOOM

„Basis in Balance“ - Der weibliche Beckenboden

Das Becken trägt mittels seiner Muskulatur die inneren Organe, der elastische Beckenboden leistet wichtige Aufgaben wie Halten und Loslassen.

Inhalte: Den Beckenboden als Basis des Körpers kennen- und wahrnehmen lernen
Anschauliche Erklärung der Anatomie und der Bedeutung des Beckenbodens (Halten, Loslassen, Sexualität...)
Vorstellung lebensnaher Möglichkeiten der Selbstfürsorge

Vortrag von Mag.^a Leni Kastl, Körperarbeiterin

Mo 08.03.2021, 15.00 – 17.00 Uhr

Kostenbeitrag: € 10,--

Für Mitglieder des Vereins ist die Teilnahme kostenfrei

Zoomlink wird zugeschickt

Anmeldung erforderlich unter 03352-33855

Verein Frauen für Frauen Burgenland

7400 Oberwart, Prinz Eugen-Straße 12, Tel. 03352-33855

oberwart@frauenberatung-burgenland.at, www.frauenberatung-burgenland.at