

Effektiv
Sportphysiotherapie & integrative Rehabilitation

Effektiv *G*esundheit

**Jetzt
neu bei uns!**



DER eXcio-BECKENBODENTRAINER

Stärken Sie Ihren Beckenboden!

Auf einfache Weise in Sport- oder Straßenkleidung trainieren

Optimales Beckenbodentraining



Eine schlaaffe Beckenbodenmuskulatur verursacht häufig zahlreiche Beschwerden, wie **Inkontinenz, Rückenschmerzen oder sexuelle Probleme**. Ein gezieltes Training kann hier helfen! Da viele Frauen und Männer aber nicht wissen, wie sie ihre Beckenbodenmuskulatur gezielt aktivieren sollen, ist das Training nicht einfach. Eine Kontrolle durch den Trainierenden selbst oder einen Trainer ist kaum möglich.



Ganz anders bei dem eXcio-Beckenbodentrainer! Sie sitzen auf einem waagrecht in die Sitzfläche eingebauten Drucksensor, der die Spannung in Ihrer Muskulatur misst und auf einem Monitor vor Ihnen grafisch darstellt. Dadurch haben Sie erstmals die Möglichkeit, das Training Ihrer Beckenbodenmuskulatur selbst zu verfolgen und zu optimieren.



Der eXcio-Beckenbodentrainer ermöglicht ein effektives Training ohne Intimkontakt auf einfachste Art und Weise, das sogar noch Spaß macht. Lernen Sie dieses einzigartige Trainingsgerät jetzt kennen!

Anwendungsgebiete:

- Blasenschwäche
- vor und nach Geburten
- Rückenbeschwerden
- nach Operationen im Beckenbereich
- Verbesserte Sexualität
- nach Operationen an der Prostata
- Darmschwäche

effektiv
Sportphysiotherapie & integrative Rehabilitation &

effektiv **Gesundheit**

Karsten Lingner

Konrad-Adenauer-Straße 15 • 35440 Linden
effektiv-lingner@web.de

Telefon 0 64 03 / 77 60 107

Fax 0 64 03 / 77 60 108

physio-lingner.de