

# Anmeldeformular

## Beckenbodenkurs für die Frau

### **Beckenboden-Kurs mit acht Abenden**

- Aufklärung über Beschwerden im Alter die durch einen schwachen Beckenboden begünstigt werden
- Wahrnehmungsschulung für den Beckenboden
- Entlastung des Beckenbodens
- Beckenboden-Training
- Aufklärung über Trinkverhalten und Problemlösungen beim Wasserlassen und Stuhlgang

---

Kursleitung: Gertrud Kretschmer, Physiotherapeutin  
Kursbeginn: Montag, 12.01.2026, 17.30 – 18.30 Uhr  
Kursdauer: 8 Abende  
Kursort: Physiotherapie-Praxis Kretschmer, Gräfin-Adelheid-Str. 3, 83308 Trostberg  
Kosten: 100,00 € (inklusive Kursunterlagen) am ersten Abend zu bezahlen

Anmeldeschluss: 02.01.2025 (Teilnehmerzahl begrenzt)

Für Fragen steht Ihnen  
Gertrud Kretschmer, Physiotherapeutin,  
Tel. 0 86 21 / 905 99 51 gerne zur Verfügung.

---

Ich .....  
Vorname, Name

wohnhaft in .....  
Strasse PLZ Wohnort

telefonisch erreichbar unter .....  
Tel.-Nr.

melde mich verbindlich für den Beckenboden-Kurs,  
beginnend am Montag, 12.01.2026 um 17.30 Uhr, an.  
Die Gebühr von 100,00 € entrichte ich am ersten Abend.

....., den .....  
Ort Datum Unterschrift

Formular per E-Mail an: [physio-kretschmer@trostbergmail.de](mailto:physio-kretschmer@trostbergmail.de)

Oder per Brief an: Gertrud Kretschmer, Gräfin-Adelheid-Str. 3, 83308 Trostberg