



Rückbildungskurs

MEDIZINISCHE VERSORGUNG

Unter professioneller Anleitung wird der Körper nach einer Schwangerschaft und Geburt im Rückbildungskurs bei der Rückbildung unterstützt. Neben der Kräftigung des allgemeinen Haltungs- und Bewegungsapparates wird vor allem die stark beanspruchte Muskulatur des Beckenbodens, Bauchs und Rückens gezielt trainiert und entspannt. Sie lernen die Wahrnehmung, Kontrolle, Kräftigung aber auch Entspannung der beanspruchten Muskulatur und erhalten Informationen, Aufklärung sowie praktische Tipps für den Alltag. So können Beschwerden und Probleme gelindert und vermindert werden.

Damit Sie sich voll und ganz auf sich und Ihren Körper fokussieren können, findet der Kurs ohne Kinder statt. Die Kosten für den Kurs werden von Ihrer Krankenkasse übernommen.

Was?

ART DES ANGEBOTS
Medizinische Versorgung

KURSLEITUNG/ANSPRECHPERSON
Ute Dederichs

LINK ZUM ANGEBOT
[Weiter zum Angebot](#)

ALTER DES KINDES
18+ Jahre, altersunabhängig

Wann & Wo?

ANGEBOTSTERMIN

Von 01.09.2026 (09:30 Uhr) bis 10.11.2026 (10:30 Uhr)

TERMIN(E)

**Kurstermine ab September 2026:
dienstags von 9:30 Uhr bis 10:30 Uhr**

01.09.2026 - 08.09.2026 - 15.09.2026 - 22.09.2026
- 29.09.2026 - 06.10.2026 - 13.10.2026 -
27.10.2026 - 03.11.2026 - 10.11.2026

ADRESSE

PhysioOs Küpper & Lennartz
In den Bremen 4
52152 Simmerath

Anmeldung

ANMELDUNG ERFORDERLICH

Ja

LINK ZUR ANMELDUNG

[Weiter zur Anmeldung](#)

WEITERE ANGABEN ZUR ANMELDUNG

Mindestteilnehmerzahl 7

Zur verbindlichen Anmeldung füllen Sie bitte den Kursvertrag aus und geben ihn in unserer Praxis ab.

Für weitere Fragen und Informationen kontaktieren Sie uns gerne telefonisch oder per Mail.

KOSTEN DES ANGEBOTS

Kostenloses Angebot

Inklusion & Barrierefreiheit

RÄUMLICHE ZUGÄNGLICHKEIT

- Voll zugänglich für Rollstuhlfahrer:innen
- Voll zugänglich mit Unterstützung
- Behindertengerechtes WC
- Behindertengerechter Parkplatz
- Zugänglich für blinde und sehbehinderte Menschen

INHALTLICHE ZUGÄNGLICHKEIT

- keine Angabe

Durchführende Organisation

ADRESSE

PhysioOs Küpper & Lennartz

In den Bremen 4 52152

Simmerath

KONTAKTPERSON

Carmen Quattelbaum & Ute

Dederichs

TELEFON

02473 9385166

EMAIL

info@physioos.de

LINK ANBIETER

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

ALLE ANGEBOTE DIESES ANBIETERS

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Träger des Anbieters

ADRESSE

PhysioOs Küpper & Lennartz

In den Bremen 4 52152

Simmerath

KONTAKTPERSON

Carmen Quattelbaum & Ute

Dederichs

TELEFON

02473 9385166

EMAIL

info@physioos.de

ART DES TRÄGERS

Freier Träger (privat-gewerblich)

LINK TRÄGER

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)
