



DVD rééducation périnéale

De Christine Niersmann, sage femme

Il est important après un accouchement de corriger méticuleusement et de façon durable les modifications survenues sur le corps. Entraînez votre musculature et retrouvez stabilité, force et forme.

Douze phases d'entraînement progressif vous accompagneront durant toute la période de rééducation du périnée et sera également un très bon entraînement pour la suite

Le concept d'entraînement

Christine Niersmann donne depuis 1994 des cours de gymnastique de rééducation périnéale et a déjà publié en 2004 son premier DVD sur le sujet. Le perfectionnement de son concept avec des exercices encore des exercices encore plus performants sont à l'origine de ce nouveau DVD. Elle y explique de manière claire et imagée ce qu'est la musculature du périnée, souvent si mal connue. Les « premiers soins pour le périnée » et l'apprentissage des bonnes positions de base sont le garant pour un déroulement optimal de cet entraînement.

Langue : Français, Allemand, Anglais

Durée : 280 min, 12 phases
d'entraînement de 14 à 40 min

Réalisatrice : Sage-femme,
Christine Niersmann

Fabriqué en Allemagne

Distributeur Français:
Bivea Médical
ZA Actipolis
Av Ferdinand de Lesseps
33610 Canéjan
Tél : 05 57 26 09 00
Fax : 05 57 26 53 48
info@bivea.com