



BeBo® Austria präsentiert:

# Interdisziplinäre Fachtagung für SCHWANGERSCHAFT, GEBURT & RÜCKBILDUNG

#online  
LIVE

## 16.09.2022

EUR 185,- Standardpreis  
EUR 165,- für BeBo®-KursleiterInnen mit Lizenz

**NEU!!! Für alle, die nicht LIVE dabei sein können...**

Wir stellen eine **AUFZEICHNUNG** für 1 Monat zum Nachschauen zur Verfügung.

Haben Sie Fragen? Gerne beraten wir Sie telefonisch unter Tel. +43 676 9571052 oder schreiben Sie uns per Mail an [bebo-austria@beckenboden.com](mailto:bebo-austria@beckenboden.com), [www.beckenboden.com](http://www.beckenboden.com)

Becken-  
boden  
inter-  
disziplinär

**Freitag, 16.09.2022 - 09.00 - 17.00 Uhr**

**09.00 – 09.10 Begrüßung**

*Mag. Julia Wachter, Inhaberin und Geschäftsleiterin BeBo® Austria*

**09.10 – 10.10 Sport und Bewegung in der Schwangerschaft**

Vortrag

*Prof. Dr. Birgit Schulte-Frei, Dekanin Freseniushochschule, Sportwissenschaftlerin, Physiotherapeutin*

Dank vielfältiger physiologischer und psychischer Effekte haben Sport und Bewegung in der Schwangerschaft sowohl auf Mütter als auch auf Kinder positive Auswirkungen. Dabei ist Sport für alle möglich, für Sport-Einsteigerinnen, für Freizeit- und Leistungssportlerinnen, aber auch bei gesundheitlichen Beeinträchtigungen. Dabei sollten bestehende Kontraindikationen und Warnsignale des Körpers natürlich erkannt und bedacht werden, damit der Sport seine positive Wirkung entfalten kann.

**10.20 – 11.20 Integrale Schwangerschaft und Geburtsvorbereitung**

Vortrag

*Tina Stolz, Integrale Familiencoachin, begabungspsychologische Beraterin*

Lerne einen neuen Ansatz kennen, wie mit ganzheitlichem Know-how eine innovative Art der Schwangerschaftsbegleitung möglich wird.

**11.30 – 12.30 Returning to running – Laufen nach der Geburt**

Vortrag

*Mag. Stefanie Andre, Trainingstherapeutin, Sportwissenschaftlerin*

Wann darf ich nach einer Schwangerschaft wieder laufen gehen? Nach 3 Monaten, nach 1 Jahr oder wenn ich gewisse Voraussetzungen erfülle? Alle 3 Antworten sind richtig. Lerne zu unterscheiden, bei welcher Klientin wann der richtige Zeitpunkt ist und worauf du achten musst.

**12.30 – 13.30 Mittagspause**

**13.30 – 14.30 „DA soll wieder was rein? Das erste Mal nach der Geburt“**

Vortrag

*Cornelia Lindner, MA / Sexualberaterin, Sexualpädagogin, Supervisorin, Sozialarbeiterin, BeBo®-Kursleiterin*

Sexualität verändert sich ein Leben lang, aber während einer Schwangerschaft und nach der Geburt ganz besonders – sowohl auf körperlicher wie auch auf emotionaler, sozialer und Beziehungsebene. In diesem Vortrag befassen wir uns mit Ängsten, Herausforderungen, Lust und Unlust von Eltern nach der Geburt aus sexualpädagogischer Sicht und in Bezug auf den Beckenboden.

**14.40 – 15.40 Postnatales Training in der Stillzeit**

Workshop

*Mag. Gabi Ruthofer, Sportwissenschaftlerin, fitdankbaby® Trainerin*

Die Stillzeit ist eine besondere Zeit in den ersten Monaten nach der Geburt. Sie fällt mit Phase der Rückbildung zusammen und beeinflusst diese auch. In diesem Workshop werden Übungsmöglichkeiten aufgezeigt, wie trotz Stillbusen ein postnatales Training gelingt und welche Prinzipien für das Training gelten.

**15.50 – 16.50 Rückbildung nach dem Tod eines Babys**

Vortrag

*Valeria Bisaccia, BSc BSc, Hebamme, Ernährungsberaterin*

In diesem Vortrag wird erklärt, warum Beckenbodentraining bzw. Körperarbeit nach Fehlgeburt, stiller Geburt und Neugeborenentod besonders wichtig ist und welche Aspekte zu beachten sind. Außerdem werden Hilfestellungen für einen empathischen Umgang mit Sternenkindeltern mitgegeben.

**16.50 – 17.00 Verabschiedung**

*Mag. Julia Wachter, Inhaberin und Geschäftsleiterin BeBo® Austria*

**NEU!!! Für alle, die nicht LIVE dabei sein können...**

**Wir stellen eine AUFZEICHNUNG für 1 Monat zum Nachschauen zur Verfügung.**

10  
Jahre  
BeBo®  
Austria



Aus- und Weiterbildungen

# BeBo® - Das Erfolgskonzept für den Beckenboden

Über 25 Jahre Erfahrung und Kompetenz schaffen Vertrauen

Becken-  
boden  
Weiter-  
bildungen



# BeBo® Das Erfolgskonzept für den Beckenboden

## GRUNDAUSBILDUNG - Zert. Beckenboden-Kursleiter\*in - 3 bzw. 4 Module

Start jeweils am:

23.09.2022	Modul I - Grundlagen des Beckenbodentrainings 4-teilig	ONLINE
27.01.2023	Modul I - Grundlagen des Beckenbodentrainings 2-teilig	ONLINE
20.05.2023	Modul I - Grundlagen des Beckenbodentrainings 4-teilig	OFFLINE
28.10.2023	Modul I - Grundlagen des Beckenbodentrainings 4-teilig	OFFLINE

## AUFBAULEHRGANG - Zert. Beckenboden-Fachfrau Schwangerschaft/Rückbildung 3 Module

Start jeweils am:

11.11.2022	Modul IV Schwangerschaft, Geburt, Rückbildung	ONLINE
10.03.2023	Modul IV Schwangerschaft, Geburt, Rückbildung	ONLINE
06.10.2023	Modul IV Schwangerschaft, Geburt, Rückbildung	ONLINE
Voraussetzung:	BeBo® Modul II - Der weibliche Beckenboden	

## AUFBAULEHRGANG - Zert. Beckenboden-Therapeut\*in 3 Pflichtmodule und 1 Wahlworkshop

Start am:

25.03.2023	Manuelle Techniken (TH1) in SALZBURG	OFFLINE
Voraussetzung:	BeBo® Modul III der Grundausbildung (Beckenboden-Kursleiter*in)	

**JETZT  
PLATZ  
SICHERN!**



**16.09.2022 Interdisziplinäre Fachtagung für Schwangerschaft, Geburt und Rückbildung** ONLINE

**17.03.2023 Interdisziplinäre Fachtagung für Inkontinenz und Blase** ONLINE

Weitere zusätzliche Angebote zum Thema Beckenboden finden Sie auf [www.beckenboden.com/at](http://www.beckenboden.com/at).

Klicken Sie einfach auf das jeweilige Angebot, um detaillierte Informationen, aktuelle Preise und frei verfügbare Plätze zu sehen.

Anmeldung ONLINE unter	<a href="http://www.beckenboden.com/de-at/aus-weiterbildung/termine">www.beckenboden.com/de-at/aus-weiterbildung/termine</a>
Anmeldung per Email	<a href="mailto:bebo-austria@beckenboden.com">bebo-austria@beckenboden.com</a>
Anmeldung per Telefon	+43 (0)676 9571052

Mag. Julia Wachter / BeBo® Austria  
Hauptstrasse 78/Top 19  
A-6464 Tarrenz  
[www.beckenboden.com](http://www.beckenboden.com)