



[Home](#)

[Anwendungsbereiche](#)
[Methoden](#)
[Vorgehensweise](#)
[Kurse/Vorträge](#)
[Philosophie](#)

Paola Giannini Sidler
Med. Masseurin FA
Wolfgrube
6063 Stalden
Tel. 078 680 88 49
info@massano.ch



Kurse/Vorträge

Kurse

Mein Beckenboden – Eine Entdeckungsreise für Frauen

Sieben Lektionen à 90 Min zu folgenden Themen:

1. Was ist der Beckenboden?
2. Diverse Inkontinenzarten
3. Probleme im Unterleib
4. Körperhaltung im Alltag
5. Blasenentzündung und Ernährung
6. Wechseljahre und Osteoporose
7. Wann soll ich zum Arzt? Was macht der Arzt?

Ein wenig Theorie und viele Übungen, die sich gut im Alltag integrieren lassen.

Daten **Kurs 6:** Mo, 20.15 – 21.45, Giswil, ab 26.02.07
Anmeldeschluss: 10. Februar 07

Kosten Fr. 175.– (inkl. Kursunterlagen)

Anmeldung zum ausdrucken [\[hier...\]](#)
online [\[hier...\]](#)

Rückenschule nach Dr. Brügger – Lernen Sie die aufrechte Körperhaltung im Alltag

In diesem Kurs lernen Sie Ihre aktuelle Körperhaltung wahrzunehmen und Schritt für Schritt die aufrechte Körperhaltung in Ihrem Alltag umzusetzen. Mit wenig Theorie, viel Praxis und Spass werden auch Sie sich nach dem Kurs beschwerdefreier durch den Alltag bewegen.

Daten **Kurs 22:** Mo, 18.30 – 20.00, Giswil, ab 26.02.07
Anmeldeschluss: 10. Februar 07

Kosten Fr. 185.– (inkl. Kursunterlagen)

Anmeldung zum ausdrucken [\[hier...\]](#)
online [\[hier...\]](#)

Vorträge

Auf Wunsch halte ich bei Ihrem Verein oder in Ihrer Firma einen Vortrag zu folgenden Themen:

- Ergonomie am Arbeitsplatz
- Kneippanwendungen im Alltag
- Osteoporose
- Beckenbodentraining

Andere Themen auf Anfrage. Der Tarif für Vorträge beträgt Fr. 150 pro Stunde plus Reisespesen.

[nach oben](#)