Birgit Solberger, BSc.
WAHLPHYSIOTHERAPEUTIN

Gesundheitszentrum Windhaag
Schulstraße 9, 4263 Windhaag bei Freistadt

0660 270 78 75
birgit.solberger@gmx.at

RÜCKBILDUNGSGRUPPE

Die Gruppe kann frühestens 6 Wochen nach der Geburt besucht werden. Die 1. Einheit findet als 45-minütige Einzeltherapie statt. In dieser Einheit werden wir etwaige Probleme erheben und erste Therapieinhalte besprechen und aktiv erarbeiten. Alle weiteren Einheiten finden in einer Gruppe mit bis zu fünf Frauen statt. Idealerweise finden Sie für Ihr Baby in dieser Zeit eine gute Betreuung. Falls dies nicht möglich ist, können Sie Ihr Baby natürlich auch zur Rückbildungsgruppe mitnehmen.

Sie benötigen bitte **zwei** Überweisungsscheine vom Haus- oder Facharzt:

- 6 EH je 45 Min. physiotherapeutische **Einzeltherapie**
- 5 EH je 60 Min. physiotherapeutische **Gruppentherapie**

Alle erarbeiteten Übungen und zusätzlichen Informationen bekommen Sie auch aufs Handy über ein App.

Termin:	**5 Einheiten (1. EH zu 45 Min., 2.-5. EH zu je 60 Min.)**
Ort:	**Gesundheitszentrum Windhaag,** **Treffpunkt: Wartebereich von Dr. Steiner**
Anmeldung:	**0660 270 78 75**
Kosten:	**€ 184,-** Die Rückerstattung variiert von Krankenkasse zu Krankenkasse. Bitte informieren Sie sich diesbezüglich vorab bei Ihrem zuständigen Versicherungsträger.

Freitag: 9:00-10:00

17. Jänner 2025	**16. Mai 2025**	**10. Oktober 2025**
24. Jänner 2025	**23. Mai 2025**	**17. Oktober 2025**
31. Jänner 2025	**6. Juni 2025**	**24. Oktober 2025**
7. Februar 2025	**13. Juni 2025**	**7. November 2025**