LB-WH-23-01

Women's Health | 10 FP



Es ist großartig eine Frau zu sein!

Und dennoch leiden viele Frauen trotz eines „gesunden“ Lebensstils unter einer Vielzahl an Beschwerden wie:

- Müdigkeit, Gewichtszunahme, Unfruchtbarkeit
- Schilddrüsenüber- oder -unterfunktion
- Prämenstruelles Syndrom (PMS)
- Schmerzhafter, unregelmäßiger oder ausbleibender Periode
- Endometriose, Zysten, Polyzystisches Ovar-Syndrom (PCOS)
- u.v.m.

Höchste Zeit also, die eigene Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen und die Besonderheiten des weiblichen Körpers endlich verstehen zu lernen.

Erfahren Sie in diesem Seminar, wie der weibliche Zyklus funktioniert und welchen Einfluss das Hormonsystem der Frau in den reproduktiven Jahren auf das tägliche Leben hat.

Werden Sie handlungsfähig und lernen Sie, wie Sie die Beschwerden zusammen mit den weiblichen Biorhythmen auf körperlicher und mentaler Ebene selbst regulieren können.

Themen des Kurses:

-
  - Weibliche Zyklusphasen und Biorhythmen in den reproduktiven Jahren
  - Zyklusregulierende Hormonsysteme der Frau
  - Auswirkungen von Stress und hormoneller Verhütung auf den weiblichen Körper
  - Hormonelle Dysbalancen und Symptome erkennen und regulieren
  - Ernährung, Sport und mentaler Fokus in den Zyklusphasen

Alle theoretischen Inhalte enthalten praktische Handlungsanweisungen.

Leitung	Lehrteam der scī
Kursgebühr	0,00 € inkl. Skript
Beginn	16.04.2023
Ende	16.04.2023
Kurszeiten	So. 16.04., 10:00 - 18:00 Uhr
Kursort	Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg
Zielgruppe	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Masseure, Heilpraktiker, Sport- und Gymnastiklehrer, Sportwissenschaftler
Fortbildungspunkte	10