



empelvic®

EMPOWERMENT TIL DIN BÆKKENBUND

empelvic®

METODEN OG PUDEN

- Lærer dig at knibe
- Lærer dig at afspænde din bækkenbund
- Giver dig bedre kontakt til din bækkenbund på en behagelig måde

Empelvic går en ny vej i forhold til traditionelle knibeøvelser, som mange ikke får lavet eller er usikre ved.

Gå ind på vores hjemmeside empelvic.dk og læs om metoden og køb puden. Læs også om de mange problematikker, som metoden kan afhjælpe;

- Inkontinens
 - Gener ved graviditet og efter fødsel
 - Vaginisme og smerter
 - Orgasme- og lystproblematikker
- Og meget mere....

Vi er en fysioterapeut, en bandagist og en jordemoder. Vi arbejder for at hjælpe alle mennesker til et liv med en sund bækkenbund.

Kontakt os hvis du ønsker mere information eller undervisning

Empelvic.dk **kontakt@empelvic.dk**