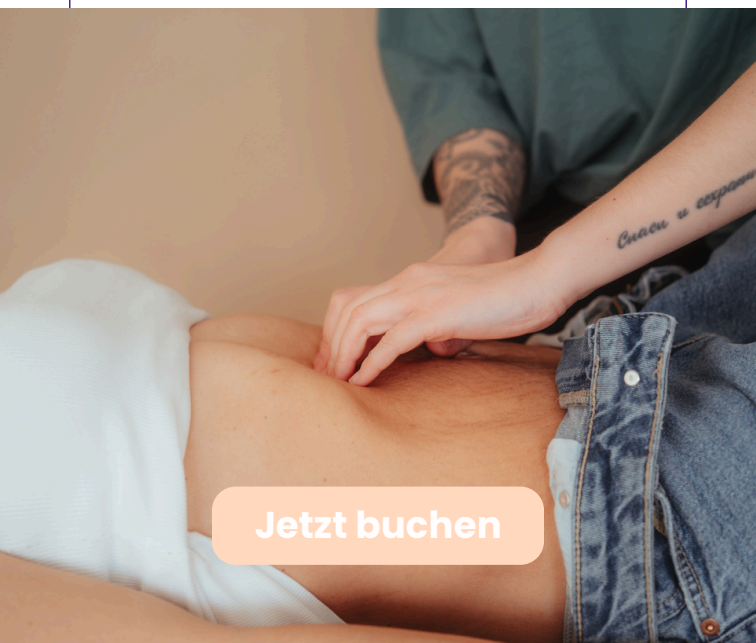


MAMA ACADEMY 

# Beckenboden Fortbildung


**Rektusdiastase Diagnostik  
und Therapie Hands-on  
Weiterbildung für  
Therapeutinnen und  
Hebammen**

**14. Juni 2026**



**Jetzt buchen**

## Rektusdiastase Deep Drive für Therapeutinnen & Hebammen

<b>09:00h - 10:30h</b>	Begrüßung, Befund erstellen und Behandlungsplan ableiten
<b>10:00h - 10:30h</b>	Begrüßung, Kennenlernen & Basis der Untersuchung
<i>PAUSE</i>	
<b>11:00h - 12:45h</b>	Körperwahrnehmung & Atemmuster behandeln, verbale Instruktion
<b>12:45h - 13:30h</b>	Anpassung von Handlungsstrategien, Testung und therapeutische Ableitung
<b>13:30h - 14:30h</b>	Mittagspause und Raum für Fragen 
<b>14:30h - 15:00h</b>	Manuelle Techniken und Tapeanlage
<b>15:00h - 15:30h</b>	Häufige Kompensationsmuster und deren Behandlung
<b>15:30h - 16:30h</b>	Progressive Belastungssteigerung und Trainingsempfehlungen
<i>PAUSE</i>	
<b>16:45h - 18:00h</b>	Reaktivtraining und Faszientraining & Ultraschall der Bauchwand



## Die Fortbildung beinhaltet:

- Vertiefendes theoretisches & praktisches Wissen zur Rektusdiastase & Bauchwanddysfunktion
- Exklusives Hands-on Training in Kleinstgruppen unter professioneller Anleitung
- Neuester technischer Standard
- Offizielles Zertifikat

*Deine Dozentin:*

Anna Zimmer  
exam. Physiotherapeutin



**Hier buchen!**

Mehr Infos zur MAMAcademy:



[www.diemamacademy.de](http://www.diemamacademy.de)



[die.mamacademy](https://www.instagram.com/die.mamacademy)



[kontakt@diemamacademy.de](mailto:kontakt@diemamacademy.de)



MAMAcademy - Mama werden,  
Mama sein, Frau bleiben.

