



Helene Gschwend Zurlinden
Hebamme – Körper- und Atemtherapeutin LIKA – Fussreflexzonentherapeutin
Kurse und Praxis in Bern
Praxis: Nussbaumstrasse 34, 3006 Bern
Postadresse: Polygonstrasse 89, 3014 Bern
079 568 22 75 – www.hgschwend.ch – info@hgschwend.ch



Aufbaukurs Rektusdiastase behandeln - nach dem Heller-Prinzip nach Abschluss des Grundkurses

Lernziele

Sie tauschen Erfahrungen zum Thema aus und lernen, komplexe Situationen zu beurteilen und zu therapieren.

Inhalt

Basiswissen vertiefen • erlernen von weiteren Techniken, die zur Schliessung der Diastase beitragen
• Bearbeiten von komplexen Fällen aus der Praxis • Kaiserschnittnarbe behandeln • Beckenboden in die Therapie einbeziehen

Methodik/Didaktik

Körperarbeit, Referat

Zielgruppe

Hebammen, Pflegefachfrauen Wochenbett, Kursleitende Rückbildungskurse

Anzahl Teilnehmende

Mindestens 10, maximal 14

Dozentin

Helene Gschwend Zurlinden, Hebamme MSc
Atemtherapeutin, Bewegungstrainerin BGB
Dozentin

Datum, Kursort

14. September 2026
Prisma – Raum für Bewegung, Tanz und Begegnung
Klösterlistutz 18. 3013 Bern
https://prismazentrum.ch/wp_/kontakt/

Kurszeiten

9.30–12.30 Uhr / 13.30–17.00 Uhr

Kurskosten

CHF 250.–

E-Log-Punkte 8

SHV & SBK anerkannt

Anmeldeschluss

03.08.2026

Anmeldung

www.hgschwend.ch

Annullationsbedingungen

Für jede Abmeldung wird eine Bearbeitungsgebühr von Fr. 60.- geschuldet

Bei Abmeldung:

4 Monate vor Kursbeginn, ganzes Kursgeld

3 Monate vor Kursbeginn, die Hälfte des Kursgeldes

2 Monate vor Kursbeginn, wird der gesamte Betrag geschuldet, falls der Platz nicht durch eine andere Person eingenommen werden kann.