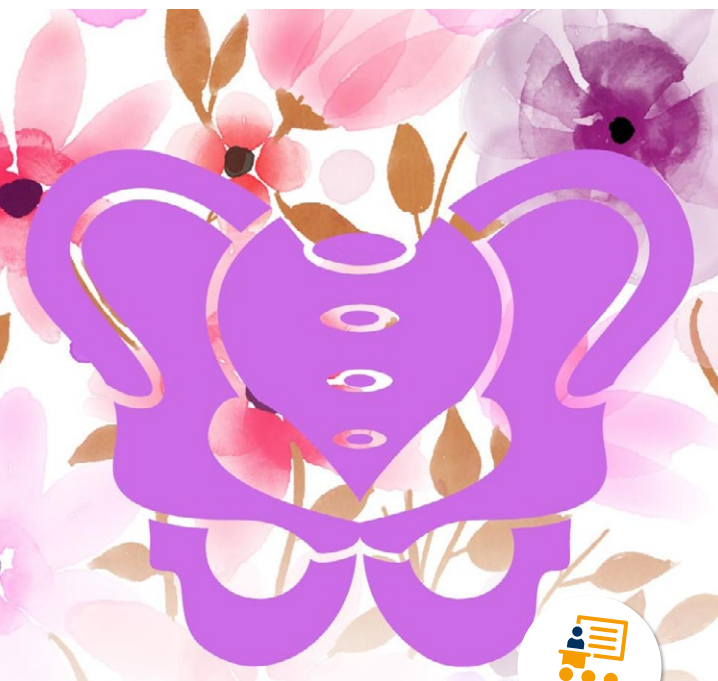


### 3-Tages-Fachseminar auf Sylt:

# Beckenbodentraining & Osteopathie: ein starkes Duo

– das weibliche Diaphragma urogenitale  
verstehen, spüren, begleiten



Dieses Fachseminar entspricht 20 UE.

**11. – 13. Juni 2027**

**Wenningstedt/Sylt · Haus Klarstrand**

# B.F.G.

Bildungsinstitut Fachbereiche  
Gesundheitswesen

**ANMELDUNG UND WEITERE  
INFORMATIONEN:**

[www.bfg-kray.de/](http://www.bfg-kray.de/)  
[fortbildungsangebote-fuer-hebammen](http://fortbildungsangebote-fuer-hebammen)



Dieses mehrtägige Fachseminar für Hebammen widmet sich einem zentralen Bereich der weiblichen Anatomie – dem Diaphragma urogenitale. In enger Verbindung mit Muskeln, Faszien und Organen bildet es ein fein abgestimmtes System, das aktiv und reaktiv an nahezu allen Bewegungen und physiologischen Prozessen beteiligt ist.

In diesem praxisnahen Workshop erleben Sie eine intensive Verbindung von Theorie, Diagnostik und angewandter Praxis:

- Anneke Roy erläutert den Beckenboden aus osteopathischer Sicht und zeigt praxisorientierte Techniken, die Sie direkt in Ihre Arbeit integrieren können.
- Cristina Schubert-Pastor führt in die funktionelle Ultraschall-diagnostik des Beckenbodens ein und demonstriert, wie ein gezielter Fokus beim Anspannen während der Geburt sowie in der Rückbildungsphase unterstützt werden kann.

**Tagesablauf: siehe umseitig -->>**

**Referentinnen:**



**Anneke Roy**

*Osteopathin mit Schwerpunkt Frauengesundheit*



**Cristina Schubert-Pastor**

*Msc. pelvic floor rehabilitation,  
Beckenbodentrainerin*

**Termin, Ort:**

Beginn 11.06.2027, 11.00 Uhr – Ende 13.06.2027, 15.00 Uhr  
Haus Klarstrand, Strandstraße 9, 25996 Wenningstedt / Sylt

**Teilnehmergebühren:**

590,00 € // 550,00 € für Studierende (mit Ausweis)

Getränke zum Seminar sind inklusive, Kuchen am Nachmittag, ansonsten Selbstverpflegung oder bei Buchung im Gästehaus Klarstrand auch HP möglich

Minimum 10, maximal 20 Teilnehmerinnen

**Kleidung:**

Bitte bringen Sie lockere Kleidung und Sportkleidung mit – Sie werden aktiv mitarbeiten und viele Übungen am eigenen Körper erfahren.

**Anerkennung:**

Insgesamt 20 Fortbildungsstunden, davon  
3,3 UE im Bereich Wochenbett  
3,3 UE im Bereich Geburt  
13,4 UE in Fach- und Methodenkompetenz

**Tagungsorganisation:**

Evamaria Wilhelmi – B.F.G.®, Leitung Fachbereich Hebammenwesen  
Tel.: 06421 3400227 · Mobil: 015123019858 · [fobi@stressfrei-tagen.de](mailto:fobi@stressfrei-tagen.de)

**Kongressmanagement & Veranstalter:**

Bildungsinstitut Fachbereiche Gesundheitswesen B.F.G.®  
Am Katzenberg 3 | 57258 Freudenberg  
Tel. +49 (0) 2734 572736 | Fax +49 (0) 2734 55516  
[bfg.kray@t-online.de](mailto:bfg.kray@t-online.de) | [www.bfg-kray.de](http://www.bfg-kray.de)



**B.F.G. NEWSLETTER  
ABONNIEREN**

# Tagesablauf

## 1. Seminartag

- 11:00 – 11:30 Vorstellungsrunde, Begrüßungsworte der Referentinnen
- 11:30 – 13:00 Einführung / Anatomie des Beckenbodens
- 13:00 – 14:30 Mittagspause
- 14:30 – 16:00 Physiologie und Funktionen des Beckenbodens im osteopathischen / ganzheitlichen Zusammenhang
- 16:00 – 16:30 Kaffee / Kuchen
- 16:30 – 17:30 Bindegewebe des Uterus, Anatomie und aus osteopathischer Sicht
- 17:30 – 18:30 Bindegewebe der Harnblase, Anatomie und aus osteopathischer Sicht

## 2. Seminartag

- 09:00 – 10:00 Einführung & Grundlagen des Beckenbodentrainings –  
Was ist wichtig für ein effektives Training des Beckenbodens?
- 10:00 – 11:00 Funktionelle Analyse von Bauch- und Beckenboden mit Hilfe des Ultraschalls
- 11:00 – 11:30 Pause
- 11:30 – 12:30 Rückbildung: Häufige Pathologien und praktische Vorgehensweisen
- 12:30 – 14:00 Mittagspause
- 14:00 – 15:00 Let´s Move! Praktische Umsetzung der gelernten Inhalte
- 15:00 – 15:30 Kaffee / Kuchen
- 15:30 – 17:00 Geburt in Bewegung – Wie kann man gebären, um den Beckenboden möglichst zu schützen?
- 17:00 – 17:30 Fragen & Austausch

## 3. Seminartag

- 09:00 – 10:30 M. Levator Ani und osteopathische Behandlungstechniken sowie Techniken aus der Rehabilitationstherapie des Beckenbodens
- 10:30 – 11:00 Pause
- 11:00 – 12:30 Behandlungstechniken des Bindegewebes des Uterus von extern und gegebenenfalls von intern
- 12:30 – 13:30 Mittagspause
- 13:30 – 14:30 Behandlungstechniken des Bindegewebes der Blase
- 14:30 – 15:00 Abschlussrunde mit Q&A und Feedback