



Hüft- und Beckenmobilisation bei Babys



Bitte Ziehen Sie beim Saubermachen **nicht** an den Beinen des Babys.



Gelenkschonender ist es, wenn Sie das Baby zur Seite drehen.

Übung:



Drücken Sie von außen leicht auf die Mitte des Oberschenkels.
3-mal das Bein strecken



Fingerposition:
Mitte Kreuzbein



Ausführung:
Bein strecken, 3 – 5mal



Schambeinkorrektur:

Fingerposition:
am Schambein machen Sie eine leichte Auf- und Abwärtsbewegung.

Bitte ziehen Sie auch bei dieser Übung nicht an den Beinen Ihres Babys!
Wenn Sie leicht auf die Fußsohle drücken, streckt das Baby das Bein von selbst.

Machen Sie die Übung nach jedem Wickeln.