

Gynofit Smartballs Duo

Hersteller: Tentan Deutschland

PZN: 20399582

Inhalt: 1 St

Stand: 27.01.2026

Gynofit Smartballs Duo sind latexfreie Silikon-Vaginalkugeln zum Trainieren des [Beckenbodens](#) mit passendem Gleitmittel (Smart-Gel). Die Gynofit Smartballs werden mit Gynofit Smart-Gel vaginal eingeführt. Bei Ihren alltäglichen Verrichtungen und Bewegungsabläufen – wie Treppensteigen oder Spazierengehen – verhelfen Sie Ihrer Beckenbodenmuskulatur mit den eingeführten Smartballs zu neuer Spannkraft. Das hat einen positiven Effekt auf Inkontinenzprobleme wie zum Beispiel Blasenschwäche. Die Trainingszeit kann beliebig lang sein. Optimal ist es, die Trainingszeit nach und nach zu steigern. Bei akuter Beckenbodenschwäche sollte eine tägliche Tragzeit von etwa 30 bis 45 Minuten bei normalen Bewegungsabläufen ausreichen.

Das Wichtigste auf einen Blick:

- begünstigt einen starken und leistungsfähigen Beckenboden (z. B. nach der Geburt, einer Operation, Bindegewebsschwäche usw.)
- trainiert spielerisch und effizient die Beckenbodenmuskeln im Alltag
- zur Vorbeugung oder Therapie bei jeglicher Art von Inkontinenz
- von Hebammen empfohlen

Anwendung:

Die Gynofit Smartballs werden entsprechend der Längslinien (nacheinander) mit etwas Gynofit Smart-Gel in die Vagina eingeführt, das Rückholbändchen bleibt draussen. Die „easyin“ Mulde erleichtert dabei das Einführen. Um die inneren Kugeln der Gynofit Smartballs in Rotation zu versetzen, reichen alltägliche Bewegungsabläufe wie Gehen, Laufen, Treppensteigen etc. Die Schwingungen der inneren Kugeln lösen im Beckenboden das Gefühl aus, etwas zu verlieren. Die Muskulatur reagiert darauf reflexartig mit Kontraktionen. Das Training erfolgt auf diese Weise ganz automatisch. Nach der Anwendung werden die Kugeln einfach mit dem Rückholbändchen entfernt.