

Sporten onder begeleiding van de fysiotherapeut

Medisch Fitness



**Wilt u ook verantwoord sporten?
Dat kan met
medisch fitness!**

Maak samen met de fysiotherapeut een trainingsschema dat niet alleen past bij uw doelen, maar ook rekening houdt met uw conditie en eventuele lichamelijke klachten. Bijvoorbeeld na een behandeling of tijdens revalidatie. Of gewoon als u meer wilt bewegen en dit graag onder begeleiding wilt doen. Medisch fitness is er voor iedereen die wil werken aan zijn of haar gezondheid!

Verantwoord bewegen onder begeleiding van de fysiotherapeut!

Wat is medisch fitness?

Medisch fitness is een vorm van fitness onder begeleiding van een fysiotherapeut. De begeleiding door een fysiotherapeut maakt het mogelijk een programma samen te stellen dat rekening houdt met uw conditie, werk/sport belasting en lichamelijke klachten.

Voor wie is medisch fitness geschikt?

Medisch fitness is geschikt voor mensen die verantwoord willen bewegen. Het onder begeleiding sporten zorgt ervoor dat uw spieren en gewrichten optimaal blijven functioneren en uw conditie op peil blijft.

Toegesпитst op uw situatie

Wanneer u zich aanmeldt, volgt eerst een intake. We kijken dan naar uw mogelijkheden en wensen. Naar aanleiding daarvan worden fysieke metingen gedaan. Op basis van het gesprek en de metingen maken we samen een programma. U krijgt een persoonlijk schema gericht op uw eigen doelen die u met de fitness wilt bereiken.

Kosten

U sluit een abonnement af voor medisch fitness. De kosten van het abonnement kunt u niet declareren bij uw zorgverzekeraar.

- 1x per week trainen €30,- per maand
- 2x per week trainen €60,- per maand

Een training betekent 50 minuten onder begeleiding sporten. De intake wordt gedeclareerd als een behandeling fysiotherapie. Dit kunt u eventueel vergoed krijgen als u aanvullend verzekerd bent.

Informatie & aanmelden

Voor meer informatie of om uzelf aan te melden, kunt u contact opnemen met de fysiotherapeut in uw gezondheidscentrum.