

INFORMATIE OVER

Bijeenkomst Beweeggroep

U gaat meedoen aan de fysiotherapeutische beweeggroep. Eén uur lang gaat u samen met anderen, allemaal zelfstandig, trainen aan uw eigen doelen. U heeft dit programma samen met uw fysiotherapeut gemaakt.

Tijdens de training is er een fysiotherapeut om u te helpen en advies te geven. Uw eigen therapeut kan u ook apart zien of soms naar de groep komen om met u te praten, afhankelijk van de afspraken.

Tijdens de beweeggroep is er een formulier waarop u zelf uw oefeningen en bijzonderheden kunt schrijven. Hierop staan ook uw persoonlijke doelen, zodat we samen uw voortgang kunnen volgen. Met de aanwezige fysiotherapeut of uw eigen therapeut maakt u afspraken over hoe u het trainingsprogramma verder opbouwt en aanpast.

Heel veel succes met de trainingen.

Afdelingen

Revalidatie en Herstel polikliniek

Telefoonnummer 020-634 6157

Route 70



<https://www.bovenij.nl/aandoening-behandeling/fysiotherapie-behandelingen-en-oefeningen/bijeenkomst-beweeggroep>
Deze download is gemaakt op 27-07-2026 om 09.37 uur.