

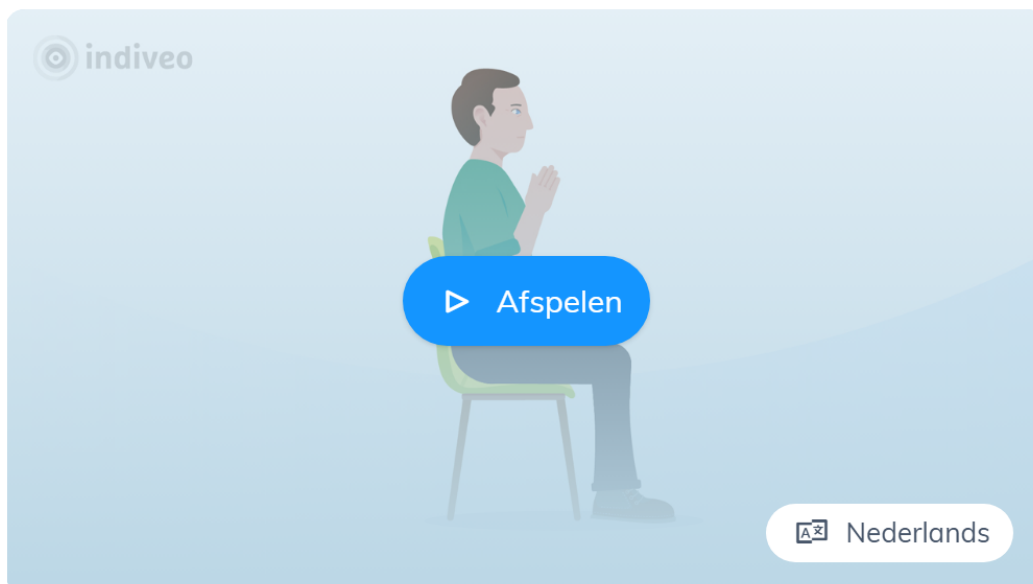
INFORMATIE OVER

Beter in beweging met oefeningen

Uw fysiotherapeut heeft u oefeningen gegeven die u in het BovenIJ en thuis kunt doen. Hier vindt u alle oefeningen die u kunt doen.

Oefeningen

Meer weten over uw bezoek, onderzoek of behandeling? In deze video krijgt u uitleg in eenvoudige taal. [Klik op de video om het te bekijken](#) – de uitleg is kort, duidelijk en beschikbaar in meerdere talen.



Afdelingen

Fysiotherapie

Telefoonnummer 020-634 6157 (Revalidatie & Herstel polikliniek)

Openings- en bezoektijden Maandag tot en met vrijdag tussen 9.00 en 17.00

Route 70



<https://www.bovenij.nl/praktische-informatie/in-beweging-voor-een-spoedig-herstel/beter-in-beweging-met-oefeningen>
Deze download is gemaakt op 30-07-2026 om 19.21 uur.