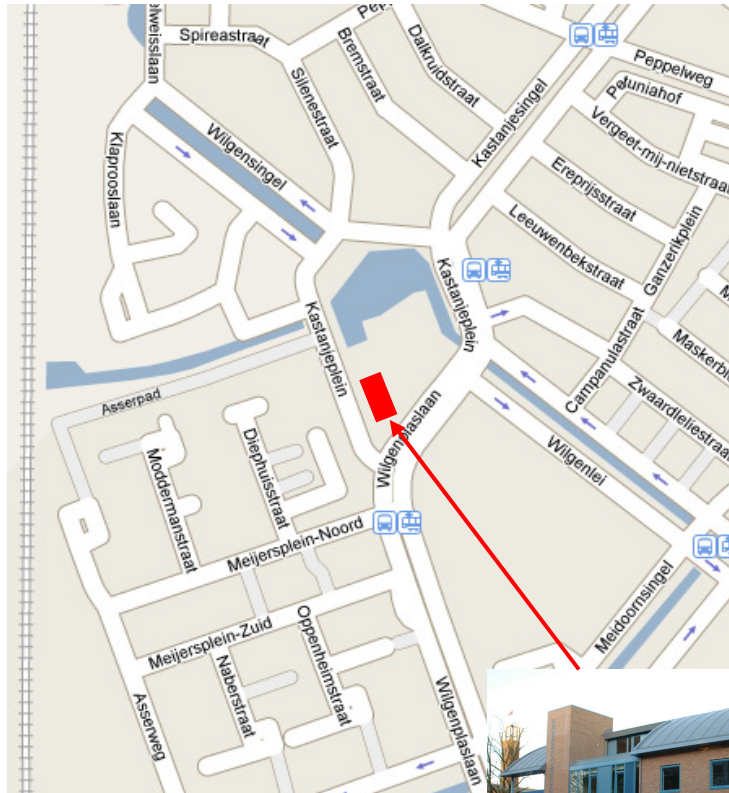


Medisch Centrum Schiebroek
Kastanjeplein 4c
3053 CD Rotterdam
T: 010 4187644

Actief Fysiotherapie



Voor aanmelding of verdere informatie kunt u contact opnemen met onze locatie, gevestigd in het Medisch Centrum Schiebroek:

T: 010 4187644

E: info@actieffysiotherapie.nl

Site:

www.actieffysiotherapie.nl



Bewegingsprogramma

Actief zijn, de kern van herstel

Bewegen is gezond. Dat bewegen niet zo vanzelfsprekend is beseft u pas, als u ergens last van krijgt. U krijgt problemen met uw dagelijkse activiteiten, bijvoorbeeld huishoudelijk werk, baan, hobby of sport. De klachten herstellen vaak weer, eventueel na behandeling van een arts of fysiotherapeut, maar wat dan?



Bewegingsprogramma, voor wie?

De trainingen zijn vooral geschikt voor mensen die lichamelijke klachten hebben of hebben gehad en hun lichamelijke belastbaarheid willen vergroten. Hierdoor zal de kans op herhaling van de klacht afnemen. Ook richt het zich op mensen die graag aan lichaamsbeweging willen doen en daarbij deskundige begeleiding als een vereiste beschouwen.

Bewegingsprogramma in groepsverband

Indien u kiest voor training in groepsverband zal de training per keer een uur in beslag nemen. Er wordt getraind in vaste groepen, op vaste tijden (zie inlegvel). U kunt kiezen voor één of meerdere trainingen per week.

De trainingen worden afgestemd op uw individuele wensen en mogelijkheden. De training staat onder leiding van een fysiotherapeut.



Bewegingsprogramma individueel

U kunt ook kiezen voor training op individuele basis. U traint dan op een door uzelf gekozen tijdstip binnen de daarvoor aangegeven mogelijkheden (zie inlegvel). Tijdens de training is er een fysiotherapeut in de oefenzaal aanwezig.

Intake

Om een goed op maat gesneden trainingsprogramma te kunnen bieden, is voorafgaand aan de training (groeps- of individueel) een intake noodzakelijk. Tijdens de intake wordt u uitgebreid onderzocht en getest. Hierna wordt een specifiek op uw mogelijkheden en wensen afgestemd programma voor u samengesteld. Uw trainingsprogramma wordt opgeslagen in de computer zodat de training nauwkeurig kan worden gevolgd en indien nodig kan worden bijgesteld.

Trainingsapparatuur

Er wordt getraind op moderne gebruiksvriendelijke apparatuur. Deze wordt aangestuurd door een chipkaart waarin uw persoonlijke programma is opgeslagen. De chipkaart krijgt u aan het begin van de training uitgereikt en levert u aan het eind van de training weer in.



Begeleiding

Tijdens de trainingen is een fysiotherapeut aanwezig die er op toe ziet dat de training correct wordt uitgevoerd. Ook kan de fysiotherapeut in overleg met u de training aanpassen. Verder is hij of zij uiteraard een aanspreekpunt voor al uw vragen omtrent de training.

Doelgroepen

De bewegingsprogramma's in groepsverband zijn toegankelijk voor iedereen. Daarnaast zijn er speciale programma's voor "doelgroepen":

- Diabetes
- COPD
- Overgewicht

Kosten

De prijslijst staat vermeld op het inlegvel. De kosten zijn meestal voor uw eigen rekening. Sommige verzekeringspolissen bieden een tegemoetkoming. Informeer bij uw verzekeraar.

Regels

- Deelname aan een groepsles vindt plaats op een vast uur per week (of meerdere uren per week) . Dag en tijdstip worden vooraf overeen gekomen.
- Een groepsles bestaat uit 60 minuten. Dit is inclusief wisselen van groepen.
- Individuele training vindt plaats binnen de daarvoor aangegeven tijden.
- Deelname aan zowel de groepsles als de individuele training wordt vooraf gegaan door een intake.
- Betaling dient vooraf, contant of per bank/giro te geschieden.
- Een knipkaart voor 10 keer is maximaal 3 maanden geldig, gerekend vanaf de eerste trainingsdag.
- Bij groepslessen worden niet gevolgde lessen toch in rekening gebracht. Er bestaat een mogelijkheid om gemiste lessen in te halen.
- De afgesproken termijn waarin u deelneemt aan groepslessen of individueel traint, wordt zonder opzegging automatisch verlengd met een zelfde termijn.
- Opzeggen dient te gebeuren 1 kalendermaand voor afloop van de afgesproken termijn.
- Opzeggen binnen een afgesproken termijn is niet mogelijk.
- Deelname aan de bewegingsprogramma's is geheel voor eigen risico.
- De huisregels, zoals beschreven in de Informatiefolder en de site, zijn van toepassing
- In die gevallen waarin deze regels niet voorzien, beslist de directie van "Actief Fysiotherapie ".

Prijzen per januari 2012

	Prijs groepsles	Prijs individueel
Intake (verplicht)	€ 37,50	€ 37,50
Proefles / sessie	Gratis	Gratis
Knipkaart: 10 keer (max. 3 maanden geldig)	-----	€ 76,00

Duur	Aantal per week	Prijs groepsles	Prijs individueel
3 maanden	1	€ 127,00	€ 96,50
3 maanden	2	€ 218,00	-----
3 maanden	Onbepakt	-----	€ 162,50
6 maanden	1	€ 228,00	€ 188,00
6 maanden	2	€ 400,00	-----
6 maanden	Onbepakt	-----	€ 315,00
12 maanden	1	€ 426,00	€ 365,00
12 maanden	2	€ 740,00	-----
12 maanden	Onbepakt	-----	€ 604,00

- Alle prijzen zijn inclusief 6 % BTW
- Combinaties van groepsles en individuele training is mogelijk

Trainingstijden

De trainingen zijn op afspraak. Het telefoonnummer staat op de achterzijde van de folder.