



FYSIOTHERAPIE
FITPUNT



FYSIOTHERAPIE
FITPUNT

Fysiotherapie Fitpunt
Dorpsstraat 41b

6681 BL Bommel
0481 - 45 44 25

www.fitpunt.nl
info@fitpunt.nl

FITPUNT
VOOR OUDEREN

FITPUNT VOOR OUDEREN

Wil je fit oud worden en zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen? Regelmatig bewegen is het beste medicijn. Door te bewegen wordt het proces van botontkalking vertraagd en worden gevolgen van gewrichtsslijtage verminderd. Zijn er obstakels om te bewegen of gaat het bewegen niet meer vanzelf? Dan gaan we de uitdaging aan om er zoveel als mogelijk uit te halen.

FYSIOTHERAPIE EN MANUELE THERAPIE

Zijn er vervelende kwaaltjes en ongemakken, moet je revalideren na een operatie of beroerte of heb je bijvoorbeeld COPD, Parkinson of MS dan helpen we je graag met Fysiotherapie of Manuele therapie. In onze praktijk aan de Dorpsstraat in Bemmels hebben we alles in huis om jou te kunnen helpen. Goed bereikbare behandelkamers en uitgebreide oefenzaalen maken het mogelijk om samen aan je herstel te werken.

REVALIDATIE THUIS

Ben je om een medische reden niet in staat om naar de praktijk te komen, dan komen we graag bij je aan huis. Dit noemen we Revalidatie Thuis. Kenmerk van de Revalidatie Thuis is dat de fysiotherapeut bij je thuis komt en we veel samenwerken met bijvoorbeeld je partner, mantelzorger of andere hulpverleners. In je eigen vertrouwde omgeving ga je aan de slag. De aangeleerde oefeningen zijn direct te gebruiken in het dagelijks leven. De revalidatie heeft tot doel om je beter te kunnen laten functioneren in het dagelijks leven.

FITNESS

Ben je op zoek naar een mogelijkheid om op een verantwoorde manier te werken aan je conditie of fitheid, dan is Fitness de oplossing. Fitness is bij Fysiotherapie Fitpunt anders dan op een sportschool. Bij ons train je altijd onder begeleiding van een fysiotherapeut.



Bovendien train je in kleine groepen waardoor er altijd voldoende tijd en aandacht voor je is. Ook vergroot het de mogelijkheden om met medesporters een praatje te kunnen maken. Hierdoor is de Fitness ook gezellig en voor velen meer dan alleen maar sporten.

SENIORENFIT

Seniorenfit is er voor iedereen die wil werken aan evenwicht, lenigheid en kracht maar waarvoor de deelname aan Fitness net te hoog gegrepen is. Na een intakegesprek is het tijd voor actie. Onder begeleiding van de fysiotherapeut ga je in de oefenzaal verschillende oefeningen doen. We beginnen met een warming up en sluiten af met een leuk spel. Tussendoor doe je oefeningen. Door deelname aan SeniorenFit zal je merken in het dagelijks leven meer te kunnen, zekerder te zijn in het bewegen en heb je minder kans om te vallen.

ONZE DEUR STAAT OPEN

Heb je vragen stuur dan bij voorkeur een mailtje en wij nemen contact met je op. Om een afspraak te maken, kan je ons het beste even bellen. Een medische indicatie of verwijzing van een arts is niet nodig.



FYSIOTHERAPIE
FITPUNT