# Medische Trainings Therapie
# “Dijkcentrum”

Onder begeleiding conditie, mobiliteit
en spierkracht verbeteren

**F**ysio therapie
**A**rbo advies
**S**port
**T**raining
**E**rgonomie
**R**evalidatie

FysioFaster
kompas naar optimaal bewegen

Meer informatie:

Faster
Plantagelaan 1
4631 CS Hoogerheide
0164-612274
info@zwembaddeplantage.nl

# Medische Trainings Therapie

MTT is een conditieverbeterende, spierversterkende en functieverbeterende oefenvorm speciaal geschikt voor:

- Mensen die klachten krijgen bij lichamelijke inspanning tijdens of na alle andere vormen van sport of werkomstandigheden.
- Mensen die chronische klachten hebben waarvoor door arts of fysiotherapeut geadviseerd wordt meer aan bewegingsvormen te gaan doen om het lichaam toch in conditie te brengen en/of te houden.

Onder begeleiding van een speciaal voor dit doel opgeleide fysiotherapeut werkt u aan het verbeteren of op peil houden van uw kracht/conditie/lenigheid d.m.v. een training die aansluit op uw mogelijkheden. Het trainingsprogramma kan een preventieve werking hebben of als aanvulling op de gevolgde rug- of nekscholing.

Alvorens u start met deze bewegingsvorm, wordt er door deze fysiotherapeut verplicht een bewegings/ functie onderzoek en conditietest uitgevoerd tenzij gegevens overdracht vanuit FysioFaster plaats vindt.
Met deze gegevens en uw trainingsdoelstelling wordt een persoonlijk trainingsschema opgesteld.

# Trainingstijden MTT:

| | |
|---|---|
| Dinsdag | 17.30-18.30 uur |
| Woensdag | 10.00-11.00 uur |
| Woensdag | 16.00-17.00 uur |
| Vrijdag | 14.30-15.30 uur |

# Tarieven:

| | |
|---|---|
| Deelname 1X per week | € 33,50 per maand |
| Deelname 2X per week | € 52,50 per maand. |
| Eenmalig inschrijfgeld | € 12,= |
| Funktie/bewegingsonderzoek | € 21,= |

We verrekenen alles per automatische incasso.

Meer informatie:

Tel.:0164-612274 info@fysiofaster.nl www.fysiofaster.nl