

Sport minded als hij is, weet de NVFS sportfysiotherapeut hoe U zich voelt en hij zal er alles aan doen om U zo snel mogelijk weer op niveau te krijgen. Natuurlijk analyseert hij eerst nauwkeurig wat er is gebeurd en behandelt hij Uw blessure. Maar hij adviseert U ook hoe U tijdens deze vervelende periode zo fit mogelijk kunt blijven. U loopt dan zo min mogelijk achterstand op.

Is Uw blessure complex of vraagt de situatie specifieke aandacht, dan is het goed om te weten dat de NVFS sportfysiotherapeut deel uitmaakt van een sportmedisch netwerk. Wanneer het nodig is, zorgt hij ervoor dat U bij een sportarts of andere deskundige terecht kunt. En gaat het beter met Uw blessure, dan begeleidt de NVFS sportfysiotherapeut U naar Uw oude prestatieniveau. Stap voor stap doet U steeds weer wat meer, tot Uw blessure geheel hersteld is en U klaar bent voor de wedstrijd.

De NVFS sportfysiotherapeut

De NVFS sportfysiotherapeut is een fysiotherapeut die zich heeft gespecialiseerd in sport en sporters. Na zijn studie fysiotherapie heeft hij zich verder geschoold tot sportfysiotherapeut. Daardoor weet hij welke eisen een sport aan het lichaam stelt, wat bewegen met ons doet en hij weet wat de motivatie van sporters is.

U dat de NVFS sportfysiotherapeut bij- en nascholingen volgt en naar congressen gaat. Oftewel: hij heeft de meest actuele kennis en vaardigheden in huis.

Dit stelt hem in staat om U op het vlak van sport en gezondheid te adviseren, te behandelen en te begeleiden. Dat geldt niet alleen in een medische setting - als de dokter U doorverwijst.

U kunt zelf rechtstreeks met de NVFS sportfysiotherapeut een afspraak maken. Welke afspraak of behandeling voor vergoeding in aanmerking komt, is afhankelijk van Uw verzekering.

U zult het merken:

De NVFS sportfysiotherapeut houdt U in beweging!

Uw Sportfysiotherapeut:

Marijke Sligchers v.d. Luitgarden
Geregistreerd sportfysiotherapeut en auteur van het boek "Krachttrainingen met vrije gewichten in de sportrevalidatie"

**Gezondheidscentrum — Praktijk voor
Fysiotherapie Sligchers**

St. Bavostraat 27 A
4891 CG Rijsbergen
Tel: 076 596 3914
www.fysiotherapiesligchers.nl
www.0765963914.nl
marijke@fysiotherapiesligchers.nl

 **de Fysiotherapeut**
Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie
in de Sportgezondheidszorg



Gezondheidscentrum Sligchers

Sportfysiotherapie



Marijke Sligchers

Sport U graag? Bent u vaak in bewegingen? Of overweegt U een sportieve activiteit te gaan doen?

Hier vindt U informatie over wat de NVFS sportfysiotherapeut voor U kan betekenen. Uiteraard kan hij (of zij) U bijstaan wanneer U een blessure heeft. Maar de NVFS sportfysiotherapeut adviseert ook over de opbouw van Uw training, over schoenen en braces of hij helpt bij de keus van een sport die bij U past.

Beginnende sporters - advies en begeleiding

Veel mensen willen wel sporten of bewegen, maar weten niet goed hoe. Wellicht herkent U dat. Misschien is het al lang geleden dat U voor het laatst hebt gesport, bent U in de loop van de tijd zwaarder geworden of is het vanwege Uw handicap of chronische ziekte nu eenmaal niet zo eenvoudig om te gaan sporten.

De NVFS sportfysiotherapeut kan U helpen bij het kiezen van een activiteit die bij U past. Hij is deskundig op het gebied van het menselijk lichaam en dan speciaal als het gaat om sporten en bewegen. Hij kan U vertellen wat U kan doen en hoe U het kunt doen. Met andere woorden: hij geeft advies en kan U er ook bij begeleiden.

Hoe gaat dat dan in zijn werk, vraagt U zich af? U maakt telefonisch een afspraak. Tijdens die afspraak kunt U de NVFS sportfysiotherapeut vertellen wat U wilt en hij zal U van alles en nog wat vragen over Uw sportverleden en Uw gezondheid

Hij zal ook zo nodig testen als de Fitheidsscan bij U afnemen. Een dergelijke test maakt hem (en U) duidelijk hoe fit U bent. Bent U niet erg fit, wanhoop dan niet! U bent immers op het juiste adres om fitter te worden. Want dat is de volgende stap! De NVFS sportfysiotherapeut begeleidt U hierbij. Dat kan tijdens elke training het geval zijn, of je komt een keer in de week langs om bij te praten en eventueel

weer opnieuw een test te doen.

Het is prettig te weten dat de NVFS sportfysiotherapeut samenwerkt met andere (para)medici in Uw regio. Mocht U bijvoorbeeld ook naar een diëtist willen, dan stemmen de NVFS sportfysiotherapeut en de diëtist hun begeleiding op elkaar af.

Sporter - advies en begeleiding

U Sport en met veel plezier! U speelt competitie en U bent elke wedstrijd lekker fanatiek of misschien loopt U voor uzelf twee keer per week hard met het plan om ooit nog eens een (halve)marathon te lopen.

Bekruipt U wel eens de vraag of U goed bezig bent? Of U wel effectief genoeg traint? Of U wel genoeg drinkt tijdens het tourfietsen elke zondagochtend? Begint het U een beetje te duizelen als U nieuwe loopschoenen moet kopen en U tegenstrijdige adviezen krijgt? Bent U zwanger en wilt U graag zo lang mogelijk blijven sporten?

Kom eens langs. Wij hebben ons gespecialiseerd in de sport. De sportfysiotherapeut kan zich helemaal in U als sporter verplaatsen en U vanuit zijn deskundigheid optimaal adviseren over alles wat met Uw sport te maken heeft.

Wacht niet tot U een blessure heeft, maar vraag om advies als U bij elke service 'iets' in de schouder voelt. Laat eens naar de stand van Uw enkels kijken als U vaak zwikt en vraag welke schoenen U het beste kunt dragen of welke brace U kunt gebruiken.

Leg Uw trainingsschema ter voorbereiding op de marathon eens voor aan de NVFSsportfysiotherapeut en kijk of U niet te hard (of te langzaam) van stapel loopt.

De NVFS sportfysiotherapeut heeft een groot netwerk binnen de sport en sportbegeleiding. Hier plukt U de vruchten van, want hij kan U weer doorverwijzen naar andere deskundigen, bijvoorbeeld een loopschoenenzaak, een diëtist, een masseur.

Geblesseerde sporters - behandeling en begeleiding

U bent geblesseerd. Dat is balen! Natuurlijk wilt U zo snel mogelijk weer in het veld staan of op de fiets zitten. Een sportgerichte behandeling en begeleiding bij de NVFS sportfysiotherapeut zorgen daarvoor.

Marijke Slijghers,

Geregistreerd sportfysiotherapeut en auteur van het boek "Krachttrainingen met vrije gewichten in de sportrevalidatie"