

Tarieven groepstrainingen

Abonnement	1x per week in groepje	2x per week in groepje
kwartaalkaart	€ 134,75	€ 250,60
halfjaarkaart	€ 254,60	€ 488,80
jaarkaart	€ 491,70	€ 919,00

Trainingen in groepjes

Maandag	19:00 - 20:00 uur	en	20:00 - 21:00 uur
Dinsdag	9:00 - 10:00 uur	en	10:00 - 11:00 uur
Woensdag	9:30 - 10:30 uur		
Donderdag	9:00 - 10:00 uur	en	18:30 - 19:30 uur

Tarieven m.i.v. 01-03-2024



ROY CLAASSEN | BUDEL
FYSIO-FIT



📍 Burgemeester Van Houtstraat 82
6021 AW Budel
☎ (0495) 49 48 99
✉ info@fysiofitbudel.nl

Fysio-Fitness
Gezond bewegen,
verantwoord sporten

Investeer in uw eigen gezondheid!

Fysio-Fitness

Fysio-Fitness staat voor bewegingsprogramma's die uw gezondheid en fitheid verbeteren of op peil houden. Persoonlijke begeleiding staat op de voorgrond.

Voor iedereen

60% van de Nederlandse bevolking beweegt onvoldoende. 12% is volledig inactief! Fysio-Fitness is bedoeld voor iedereen die onder deskundige begeleiding wil sporten met een zo klein mogelijk risico op blessures.

Mensen met een klachtenverleden

De bewegingsprogramma's zijn niet alleen bedoeld voor gezonde mensen. Ook mensen met lichamelijke klachten, met chronische aandoening of met beperkingen in het bewegingsapparaat kunnen onder begeleiding op hun eigen niveau en met een eigen programma sporten. De groepjes zijn klein en er is veel individuele aandacht.

Fysio-Fitness is vrij toegankelijk.

Intake en fitheidstest

Voordat u begint met sporten, vindt er een intakegesprek plaats met de Fysio-Fitness consultant. U bespreekt waarom u voor deze vorm van trainen kiest en wat uw doelstellingen zijn: wat wilt u bereiken? Daarna vindt een fitheidstest plaats. Eventuele lichamelijke klachten of gezondheidsproblemen worden beoordeeld. De test maakt duidelijk hoe het met uw fitheid is gesteld.

Het trainingsprogramma

Op basis van het fitheidsniveau en uw doelstellingen begint u met het trainingsprogramma. Dit bestaat in de regel uit het trainen van het algemeen uithoudingsvermogen door cardiofitness en het verbeteren van de lokale spierkracht. Het effect is een trapsgewijze verbetering van uw belastbaarheid.

Vergoeding

Het trainingsprogramma heeft een preventief karakter. Fysio-Fitness wordt daarom niet door de zorgverzekeraar vergoed. Het vindt plaats op initiatief van de sporter en het doel is om fit te blijven en klachten of terugkerende klachten te voorkomen. Een verwijzing van huisarts of specialist is niet noodzakelijk. Fysio-Fitness is vrij toegankelijk. Het is een investering in uw eigen gezondheid!



60% van de Nederlandse bevolking beweegt onvoldoende.

12% is volledig inactief!



Voordat u begint met sporten, vindt er een intakegesprek plaats.

De test maakt duidelijk hoe het met uw fitheid is gesteld.

Het effect is een trapsgewijze verbetering van uw belastbaarheid.

Investeer in uw eigen gezondheid!