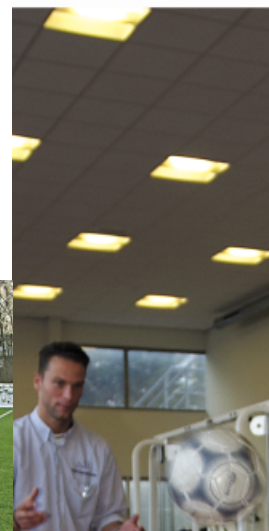


En gaat het beter met je blessure, dan begeleidt de NVFS sportfysiotherapeut® je naar je oude prestatieniveau. Stap voor stap doe je steeds weer wat meer, tot je blessure geheel hersteld is en je klaar bent voor de wedstrijd.

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.

de NVFS sportfysiotherapeut®:



informatie voor sporters

De NVFS sportfysiotherapeut® houdt je in beweging!

De NVFS sportfysiotherapeut® is geregistreerd bij het centraal kwaliteitsregister (CKR) van het KNGF (Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie) en is lid van de NVFS – de Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie in de Sportgezondheidszorg. Deze registratie verzekert je 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 jou 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 je doorverwijst. Je kunt zelf rechtstreeks met de NVFS sportfysiotherapeut® een afspraak maken. Welke afspraak of behandeling voor vergoeding in aanmerking komt, is afhankelijk van je verzekering.

Je zult het merken:

De NVFS sportfysiotherapeut® houdt je in beweging!

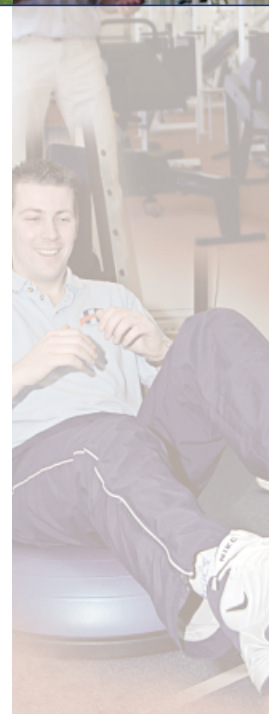
Dit is een uitgave van:

Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie in de Sportgezondheidszorg



Bezoekadres:
Villa NSC Papendal
Papendallaan 495

Postbus 302
6800 AH Arnhem
Tel. 026 - 483 47 03 Fax 026 - 483 47 43
E-mail info@nvfs.nl Website www.nvfs.nl



Sport je graag? Ben je vaak in beweging?

Of overweeg je een sportieve activiteit te gaan doen?

Lees dan deze folder even door.

Je vindt hier informatie over wat de NVFS sportfysiotherapeut[®] voor je kan betekenen. Uiteraard kan hij (of zij) je bijstaan wanneer je een blessure hebt. Maar de NVFS sportfysiotherapeut[®] adviseert ook over de opbouw van je training, over schoenen en braces of hij helpt je bij de keus van een sport die bij jou past.

Een dergelijke test maakt hem (en jou) duidelijk hoe fit je bent. Ben je niet erg fit, wanhoop dan niet! Je bent immers op het juiste adres om fitter te worden. Want dat is de volgende stap! De NVFS sportfysiotherapeut[®] begeleidt je 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 jouw regio. Mocht je bijvoorbeeld ook naar een diëtist willen, dan stemmen de NVFS sportfysiotherapeut[®] en de diëtist hun begeleiding op elkaar af.

stand van je enkels kijken als je vaak zwikt en vraag welke schoenen je het beste kunt dragen of welke brace je kunt gebruiken.

Leg je trainingsschema ter voorbereiding op de marathon eens voor aan de NVFS sportfysiotherapeut[®] en kijk of je niet te hard (of te langzaam!) van stapel loopt.

De NVFS sportfysiotherapeut[®] heeft een groot netwerk binnen de sport en sportbegeleiding. Hier pluk jij de vruchten van, want hij kan je weer doorverwijzen naar andere deskundigen, bijvoorbeeld een loopschoenzaak, een diëtist, een masseur.



Beginnende sporters – advies en begeleiding

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

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

Hoe gaat dat dan in zijn werk, vraag je je af? Wel, je belt een NVFS sportfysiotherapeut[®] bij jou in de buurt en maakt een afspraak. Tijdens die afspraak kun je de NVFS sportfysiotherapeut[®] vertellen wat je wilt en hij zal je van alles en nog wat vragen over je sportverleden en je gezondheid. Hij zal ook zonnodig testen als de FysioFitheidsScan bij je afnemen.

Sporters – advies en begeleiding

Je sport en met veel plezier! Je speelt competitie en je bent elke wedstrijd lekker fanatiek of misschien loop je voor jezelf twee keer per week hard met het plan om ooit nog eens een (halve) marathon te lopen.

Bekruipt je wel eens de vraag of je goed bezig bent? Of je wel effectief genoeg traint? Of je wel genoeg drinkt tijdens het tourfietsen elke zondagochtend?

Begint het je een beetje te duizelen als je nieuwe loopschoenen moet kopen en je tegenstrijdige adviezen krijgt? Ben je zwanger en wil je graag zo lang mogelijk blijven sporten?

Ga eens langs bij een NVFS sportfysiotherapeut[®]. Deze professional heeft zich als fysiotherapeut gespecialiseerd in de sport. Hij kan zich helemaal in jou als sporter verplaatsen en je vanuit zijn deskundigheid optimaal adviseren over alles wat met je sport te maken heeft.

Wacht niet tot je een blessure hebt, maar vraag om advies als je bij elke service 'iets' in je schouder voelt. Laat eens naar de

Geblesseerde sporters – behandeling en begeleiding

Je bent geblesseerd. Dat is balen! Natuurlijk wil je zo snel mogelijk weer in het veld staan of op de fiets zitten. Een sportgerichte behandeling en begeleiding bij de NVFS sportfysiotherapeut[®] zorgen daarvoor.

Sport minded als hij is, weet de NVFS sportfysiotherapeut[®] hoe je je voelt en hij zal er alles aan doen om je zo snel mogelijk weer op niveau te krijgen. Natuurlijk analyseert hij eerst nauwkeurig wat er is gebeurd en behandelt hij je blessure na verwijzing door de arts.

Maar hij adviseert je ook hoe je tijdens deze vervelende periode zo fit mogelijk kunt blijven. Je loopt dan zo min mogelijk achterstand op.

Is je 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 je bij een sportarts, manueel therapeut of een andere deskundige terecht kunt.