

locatie werken. Voorlichting geven over blessurepreventie, bijvoorbeeld, of tijdens een training individuele aanwijzingen geven. Bovendien heeft hij een groot netwerk binnen de sport en sportbegeleiding, dus aanvullende kennis is binnen handbereik.

Geblesseerde sporters – behandeling en begeleiding

Een geblesseerde sporter wil 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 de sporter zich voelt en hij zal er alles aan doen om de sporter zo snel mogelijk weer op niveau te krijgen.

de NVFS sportfysiotherapeut®:



**De NVFS sportfysiotherapeut®
zorgt voor beweging**

Informatie voor organisaties die op welke manier dan ook met sport en bewegen te maken hebben.

Natuurlijk analyseert hij eerst nauwkeurig wat er is gebeurd en behandelt hij de blessure na verwijzing door de arts. Maar hij adviseert ook hoe de sporter tijdens deze vervelende periode zo fit mogelijk kan blijven. Wanneer het beter gaat met de blessure, begeleidt de NVFS sportfysiotherapeut® de sporter naar zijn oude prestatieniveau.

Is de 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 de sporter bij een sportarts, manueel therapeut of een andere deskundige terecht kan.

De NVFS sportfysiotherapeut® zorgt voor beweging!

Heeft uw organisatie met sport en bewegen te maken of wilt u meer met sport en bewegen doen, neem dan voor een nadere kennismaking contact op met:

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 en bewegen is leuk, lekker en nog gezond ook. De een speelt competitie en gaat voor de winst, de ander loopt geregeld een rondje hard, een derde zou graag zijn conditie willen verbeteren of wat gewicht willen verliezen.

Deze folder gaat over sport en bewegen. En dan vooral over de rol die de NVFS sportfysiotherapeut[®] daarbij kan spelen. Uiteraard is deze deskundige de aangewezen persoon voor de behandeling van een sportblessure.

Sportgezondheidszorg). Deze registratie geeft aan 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 op het vlak van sport en gezondheid te adviseren, te behandelen en te begeleiden. Dat geldt niet alleen in een medische setting - wanneer de dokter doorverwijst. Iedereen kan rechtstreeks met de NVFS sportfysiotherapeut[®] een afspraak maken. Welke afspraak of behandeling voor vergoeding in aanmerking komt, is afhankelijk van de persoonlijke verzekering.

Beginnende sporters – advies en begeleiding

Veel mensen willen wel sporten of bewegen, maar weten niet

Het is prettig te weten dat de NVFS sportfysiotherapeut[®] samenwerkt met andere (para)medici in zijn regio. Wil iemand bijvoorbeeld ook naar een diëtist, dan stemmen de NVFS sportfysiotherapeut[®] en de diëtist hun begeleiding op elkaar af.

Sporters – advies en begeleiding

De meeste sporters willen steeds beter presteren: sneller rennen, vaker scoren, langer fietsen, sterker zijn in de verdediging ...

Hierbij gaat het om een combinatie van techniek, kracht, lenigheid, snelheid, reactievermogen en uithoudingsvermogen.



Maar hij (of zij) kan sporters ook adviseren en begeleiden bij het uitvoeren van hun sport om tot betere prestaties te komen en de kans op blessures te verminderen. Bovendien komt zijn deskundigheid goed van pas om mensen die (weer) willen gaan sporten, te adviseren en te begeleiden.

Heeft uw organisatie met sport en bewegen te maken - voor individuen, voor groepen, op welke manier dan ook - dan kan de NVFS sportfysiotherapeut[®] u met raad en daad bijstaan.

De NVFS sportfysiotherapeut[®]

In Nederland zijn ruim 600 NVFS sportfysiotherapeuten[®] actief. Zij hebben zich na de studie fysiotherapie verder geschoold tot sportfysiotherapeut. Daardoor weten zij welke eisen een sport aan het lichaam stelt, wat bewegen met ons doet en zijn ze bekend met de motivatie van sporters.

De NVFS sportfysiotherapeut[®] is geregistreerd bij het centraal kwaliteitsregister (CKR) van het KNGF (Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie) en is lid van de NVFS (Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie in de

goed hoe. Misschien is het al lang geleden dat ze voor het laatst hebben gesport, zijn ze in de loop van de tijd zwaarder geworden of is het vanwege een chronische ziekte nu eenmaal niet zo eenvoudig om te sporten.

De NVFS sportfysiotherapeut[®] kan iedereen helpen bij het kiezen van een activiteit die bij hem past. Hij kan vertellen wát iemand zou kunnen gaan doen en hóe. Iedereen kan met een NVFS sportfysiotherapeut[®] een afspraak maken. Doorverwijzing door de huisarts is niet nodig.

Tijdens zo'n eerste afspraak wil de NVFS sportfysiotherapeut[®] vooral te weten komen wat iemand van hem verwacht, hoeveel ervaring iemand met sporten heeft en hoe het met de gezondheid is. Hij zal zonodig ook de FysioFitheidsScan afnemen. Op basis van de uitslag van de scan en de rest van het gesprek zal hij een voorstel doen. Hij kan vervolgens elke training begeleiden, maar het is ook mogelijk om elke week of met een langere tussentijd de voortgang te bespreken en eventueel weer een nieuwe test te doen.

De NVFS sportfysiotherapeut[®] helpt sporters hun prestaties te verbeteren. Hij adviseert over de juiste trainingsopbouw en geeft oefeningen om bijvoorbeeld de lenigheid of snelheid te bevorderen.

Dit komt niet alleen de sportprestatie ten goede, maar helpt ook om blessures te voorkomen.

De NVFS sportfysiotherapeut[®] is ook het juiste adres om advies te vragen als iemand bij elke service 'iets' in de schouder voelt. En wanneer iemand vaak zwikt, is het raadzaam de NVFS sportfysiotherapeut[®] eens naar de enkels te laten kijken. Hij adviseert over de te dragen schoenen, geeft aan of een brace raadzaam is, geeft oefeningen en advies over de beweegtechniek. Wie ter voorbereiding op de marathon zijn trainingsschema voorlegt aan de NVFS sportfysiotherapeut[®], krijgt te horen of hij niet te hard (of te langzaam!) van stapel loopt.

Voor advies en begeleiding kan de sporter naar de praktijk komen, maar de NVFS sportfysiotherapeut[®] kan ook op