Uw behandelaar

Ter Aar: Jelle. Boskoop: Pooya. Vraag ons naar een proefles of naar begeleiding die past bij uw gezondheid.

Praktische informatie

Fitness is een abonnement en wordt niet automatisch als fysiotherapie vergoed. Voor deelnemers aan het CooL-programma is er een aangepast GLI-fitnessabonnement. Vraag naar de actuele voorwaarden.

Kosten en vergoeding

Vraag vóór het afsluiten naar de actuele prijs, looptijd, opzegvoorwaarden en begeleide uren. Een fitnessabonnement is iets anders dan een fysiotherapiebehandeling en wordt niet automatisch door uw zorgverzekering betaald.

Onze locaties

Ter Aar
Medisch Centrum Vosholplein
Vosholplein 1-4, 2461 AA Ter Aar
0172-603434
teraar@fysiotopfit.nl

Boskoop
Medisch Centrum Boomgaard
Boomgaard 215F, 2771 PD Boskoop
0172-212147
boskoop@fysiotopfit.nl

Nieuwkoop
Maarten Freeke Wije 2D, 2421 TP Nieuwkoop
0172-575595
nieuwkoop@fysiotopfit.nl

Algemeen
085-0514000
blijftopfit@fysiotopfit.nl

WhatsApp
06-57250687
(alleen berichten, niet bellen)

Scan voor de openingstijden

Download onze apps

Fysio Topfit

Download in de App Store

Topfit met Toppie

ONTDEK HET OP Google Play

Gratis te downloaden voor iPhone en Android.

Fysio Fitness

bij Fysio Topfit

Werk aan kracht, conditie en plezier in bewegen met een persoonlijk trainingsschema. U hoeft geen patiënt bij ons te zijn. Fysio Fitness is beschikbaar in Ter Aar en Boskoop.

TOPFIT FYSIO

Maak een afspraak

Scan de QR-code of bel 085-0514000. Geef aan voor welke behandeling u een afspraak wilt.

Meer informatie: www.fysiotopfit.nl

Versie 1.1 – november 2026

Zo begint u

U kunt eerst een gratis, vrijblijvende proefles afspreken. Vul voor de intake het intakeformulier in en vertel ons over klachten, aandoeningen, medicijnen en uw doelen.

De intake duurt ongeveer 45 minuten. We bespreken uw gezondheid en bepalen welke conditie- en krachttests veilig en passend zijn. Daarna krijgt u uitleg over de apparatuur en een persoonlijk schema.



Trainen op uw niveau

Uw chipkaart bewaart de instellingen en trainingsgegevens van de apparaten. We bespreken uw voortgang en passen het schema zo nodig aan. Bouw de training rustig op; meer trainen is niet altijd beter.

Tijdens begeleide uren is een professional aanwezig. Heeft u een chronische aandoening? Train dan tijdens deze uren. Zelfstandig trainen buiten deze tijden kan alleen als u de apparatuur veilig kunt gebruiken en geen begeleiding nodig heeft.



Tijden, prijzen en huisregels

De fitnesstijden verschillen van de openingstijden van de praktijk. De actuele fitnesstijden, abonnementen, huisregels en het intakeformulier staan op de downloadpagina van www.fysiotopfit.nl. De QR-code voor openingstijden op deze folder verwijst naar de praktijk.

Neem sportkleding, schone sportschoenen, een handdoek en drinken mee. Stop bij pijn op de borst, flauwvallen of ernstige benauwdheid en schakel passende medische hulp in; bel bij acute ernstige klachten 112.

Voor uw afspraak

Neem uw identiteitsbewijs, verzekeringsgegevens en eventuele verwijzing of onderzoeksuitslagen mee. Draag kleding waarin u gemakkelijk kunt bewegen. Bespreek vooraf als u ondersteuning nodig heeft bij taal of communicatie.