## Uw behandelaar

Onze fysiotherapeuten werken in Ter Aar, Boskoop en Nieuwkoop. Vraag bij het aanmelden welke locatie en expertise bij uw vraag passen.

## Praktische informatie

Neem een identiteitsbewijs, verzekeringsgegevens, handdoek en eventuele verwijzing mee. Draag comfortabele kleding. Meld verhindering minimaal 24 uur vooraf; anders kunnen kosten in rekening worden gebracht.

## Kosten en vergoeding

Vergoeding is afhankelijk van uw indicatie en polis. Aanvullende verzekeringen kunnen behandelingen vergoeden binnen hun voorwaarden en budget. Voor sommige indicaties gelden aparte regels voor de basisverzekering. Daarvoor kan een verwijzing nodig zijn en geldt voor volwassenen doorgaans het eigen risico. Zonder vergoeding betaalt u zelf. Vraag vooraf naar het actuele tarief.

# 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.

# Fysiotherapie

## bij Fysio Topfit

Pijn, een blessure of minder goed kunnen bewegen kan uw dagelijks leven beperken. Samen onderzoeken we wat u nodig heeft om activiteiten weer zo goed mogelijk uit te voeren.

### 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

## Waarmee helpen we?

Fysiotherapie kan gericht zijn op beweeglijkheid, spierkracht, conditie, evenwicht of het omgaan met pijn en spanning. Uw doelen staan centraal: bijvoorbeeld weer wandelen, werken, sporten of zelfstandig opstaan.

We kijken naar uw klacht, gezondheid, dagelijkse belasting en herstelmogelijkheden. Soms is advies voldoende; soms is een behandeltraject of onderzoek door een arts nodig.



## Uw behandelplan

Na het gesprek en onderzoek bespreken we de bevindingen en mogelijkheden. We maken samen een plan met oefeningen, uitleg en praktische adviezen. Behandeling met de handen of apparatuur kan daarbij soms ondersteunen.

We bespreken verwachte voor- en nadelen en evalueren regelmatig. Herstel verloopt niet bij iedereen hetzelfde. Vertel ons wat wel en niet lukt, zodat we de behandeling kunnen aanpassen.




## Zelf verder kunnen

Oefenen in het dagelijks leven is een belangrijk onderdeel. U krijgt uitleg over de hoeveelheid belasting en over wat u kunt doen bij een terugval. Er bestaat niet één perfecte houding: afwisseling en passend bewegen zijn vaak belangrijk.

Bij Fysio Topfit werken verschillende specialisten samen, onder andere op het gebied van kinderen, ouderen, sport, handen, kaak, oedeem, manuele therapie en leefstijl. Bekijk het aanbod op www.fysiotopfit.nl.

## 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.