Uw behandelaar

Joram Janson heeft de master Sportfysiotherapie afgerond. Neem contact op om uw sportdoelen en de behandelplek te bespreken.

Praktische informatie

Neem sport- of operatieve informatie mee en draag kleding waarin u kunt bewegen. Zo nodig vragen we u ook sportschoenen mee te nemen.

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.

Sportfysiotherapie

bij Fysio Topfit

Na een blessure wilt u weer kunnen sporten op een niveau dat bij u past. Sportfysiotherapie begeleidt herstel en de stapsgewijze terugkeer naar training en wedstrijd.

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

Van blessure naar sport

We bespreken uw sport, trainingsbelasting, blessure, eerdere klachten en doelen. Onderzoek richt zich op wat uw lichaam en uw sport vragen, zoals kracht, beweeglijkheid, conditie en bewegingscontrole.

Ook na een operatie kan sportrevalidatie passend zijn. We volgen dan het protocol van de chirurg. Terugkeer hangt af van herstel en functioneren, niet alleen van het aantal weken sinds de blessure.



Een persoonlijk programma

U werkt aan herstel en houdt waar mogelijk andere onderdelen van uw conditie op peil. De oefeningen worden steeds meer gericht op uw sport: bijvoorbeeld rennen, springen, landen, versnellen of draaien.

We gebruiken passende testen en bespreken de reactie op training. Zo bepalen we samen wanneer uitbreiding verantwoord is. Volledig herstel of terugkeer op het oude niveau kan niet worden gegarandeerd.



Belasting en preventie

Een goede verdeling van training en herstel, voldoende slaap en geleidelijke opbouw helpen bij belastbaarheid. Bespreek druk om snel terug te keren en signalen van overbelasting. Met uw toestemming stemmen we af met trainer of andere zorgverleners.

Na ernstig letsel, een gewricht dat vervormd staat of niet kunnen steunen is eerst medische beoordeling nodig. Sportprestatietraining zonder medische behandelindicatie valt niet automatisch onder verzekerde fysiotherapie.

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.