Ваші фахівці

Joram Janson здобув магістерський ступінь зі спортивної фізіотерапії. Зверніться для обговорення цілей і місця.

Практична інформація

Візьміть спортивну чи операційну інформацію й одяг для руху. Можемо попросити спортивне взуття.

Вартість і страхування

Покриття залежить від медичних показань і поліса. Додаткове страхування може оплачувати сеанси в межах своїх умов і лімітів. Для деяких показань діють окремі правила базового страхування. Може знадобитися направлення; для дорослих зазвичай діє обов'язкова франшиза (eigen risico). Непокриті витрати ви сплачуєте самі. Заздалегідь запитайте актуальну ціну.

Наші філії

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

Загальні питання
085-0514000
blijftopfit@fysiotopfit.nl

WhatsApp
06-57250687
(лише повідомлення, без дзвінків)

Скануйте код для перегляду годин роботи

Завантажте наші застосунки

Fysio Topfit

Download on the App Store

Topfit met Toppie

GET IT ON Google Play

Безкоштовно для iPhone та Android.

Спортивна фізіотерапія

у Fysio Topfit

Після травми ви прагнете повернутися до спорту на належному рівні. Допомагаємо відновленню й поступовому поверненню до тренувань і змагань.

Запишіться на прийом

Відскануйте QR-код або зателефонуйте: 085-0514000. Скажіть, щодо якого лікування звертаєтеся.

Докладніше: www.fysiotopfit.nl

Версія 1.1 – листопад 2026

Від травми до спорту

Обговорюємо спорт, навантаження, травму, попередні проблеми й цілі. Оцінюємо потрібні для спорту силу, рухливість, витривалість і контроль.

Реабілітація можлива й після операції за протоколом хірурга. Повернення залежить від загоєння та функції, не лише кількості тижнів.



Особистий план

Відновлюєтеся, за можливості підтримуючи інші складові форми. Вправи стають спортивно-специфічними: біг, стрибки, приземлення, прискорення чи повороти.

Належні тести й реакція на тренування допомагають визначити готовність до збільшення. Повне одужання або колишній рівень не гарантуються.



Навантаження й профілактика

Баланс тренувань і відпочинку, сон і поступовість підтримують можливості. Обговоріть тиск швидкого повернення й ознаки перевантаження. За згодою співпрацюємо з тренером та іншими.

Тяжка травма, деформація суглоба чи неможливість навантажити кінцівку потребують лікаря. Тренування результативності без лікувального показання не є автоматично застрахованою фізіотерапією.

Перед прийомом

Візьміть документ, що посвідчує особу, дані страхування, а також направлення й результати обстежень, якщо вони є. Одягніть зручний одяг. Завчасно повідомте, якщо потрібна мовна допомога або підтримка у спілкуванні.