

VALPREVENTIE TRAINING

Vallen en opstaan is van alle leeftijden, maar neemt toe naarmate we ouder worden. Daarnaast zijn op latere leeftijd de lichamelijke gevolgen vaak groter, duurt het herstel langer en is er een grotere kans op complicaties. De valpreventie training bestaat uit het aanleren van een juiste valtechniek. Wil je in de praktijk leren hoe je het 'beste' kunt vallen neem dan deel aan onze valcursus: "Vallen is verleden tijd".

WERKWIJZE

Onze gecertificeerd valexpert en fysiek trainer verzorgen de valcursus. Je krijgt vaardigheden aangeleerd ter voorkoming van en het omgaan met valincidenten. Je krijgt na de aanmelding een intake bij een van onze fysiotherapeuten. De trainingen vinden plaats in een groep en duren een uur. De cursus start ieder jaar in het voor- en najaar in Venlo. In de meeste gevallen vergoedt de zorgverzekeraar deze cursus volledig. Neem hiervoor contact op met je zorgverzekeraar.

AANMELDEN

Je kunt je aanmelden via de contactgegevens. Uiteraard kun je ook langskomen om een afspraak te maken bij onze receptionist.

De juiste zorg op het juiste moment
in Noord- en Midden Limburg

Prinsenstraat 12 5913 ST Venlo
Telefoon 077-3513864
www.topzorggroenveld.nl
info@topzorggroenveld.nl

Locatie

Gymzaal 'De Meule'
Albert Cuypstraat 1a
5914 XE Venlo

Datum & tijd

Ieder voorjaar en najaar.
Bij voldoende
aanmeldingen worden
data en tijdstippen
gepland.

Kosten

€150,00 exclusief intake.
In de meeste gevallen
vergoeden
ziektelkostenverzekeraars
een groot deel van
de cursus en intake!

TESTIMONIAL

Via mijn neuroloog terecht gekomen bij de valtraining. Dit omdat ik erg veel val en nogal wat blessures oploop.

In het begin was ik er erg sceptisch over, dat veranderde al snel. Een kleine groep mensen, waar iedereen erg veel aandacht kreeg. Een team wat super kundig en vriendelijk is. Ze passen goed op en begeleiden erg goed (Ilse en Peter). Na enkele lessen merkte ik al een verschil, mijn vertrouwen en bewustzijn werd beter.

Je leert er veel en het wordt ook nog eens vergoed door de ziektekosten verzekering. Veel succes. Mij heeft t heel wat gebracht. Bedankt hiervoor het scheelt heel wat valpartijen.

*Met vriendelijke groet,
Mevrouw Deinum*

