

Abonnementen

Intake (eenmalig) € 45,- (op afspraak)

Kosten kaart (borg) € 10,-

1 x p/week 2 x p/week

1ste periode per 3 maanden

begeleid € 125,- € 180,-

volgende periode per 3 maanden

begeleid € 125,- € 180,-

onbegeleid € 75,- € 115,-

Openingstijden

Maandag t/m vrijdag 10.00-11.00 uur

13.30-14.30 uur

Maandag t/m donderdag 19.00-20.00 uur

20.00-21.00 uur

Zaterdag 8.30- 9.30 uur

9.30-10.30 uur

Buiten deze tijden in overleg.

Bankrek: 81.23.45.916
t.n.v. Maas & van Vilsteren VOF

Medewerkers



Marianne Maas



Marc van Vilsteren



Belinda Kasius



Ronald de Groot



Simone Kok

MOVE@MANNING
VOOR VERANTWOORD BEWEGEN!

Praktijk Maas:

de Manning 5b
2995 AE Heerjansdam
tel: 078-6772692
www.fysiotherapiemaas.nl

Praktijk van Vilsteren:

Spinetstraat 23
2992 NJ Barendrecht
tel: 0180-611696
www.fysiovanvilsteren.nl

MOVE@MANNING

**MEDISCHE
FITNESS**



De Manning 5b
2995 AE Heerjansdam
tel: 078-6772692

Wat is Move@Manning ?

Move@Manning staat voor persoonlijke aandacht bij meer bewegen.

Dit alles vindt plaats in een professionele ruimte en onder deskundige begeleiding.

Move@Manning is er speciaal voor diegenen die bijvoorbeeld door lichamelijke klachten niet meer hebben gesport en toe zijn aan een verantwoord trainingsprogramma.

Door een kleinschalige aanpak en deskundig advies op maat onderscheiden wij ons van grote fitnesscentra.

Voor wie is Move@Manning ?

Medische fitness is geschikt voor iedereen (jong en oud) die onder begeleiding wil werken aan fysiek en geestelijk herstel.

Speciaal voor mensen met:

- Aanhoudende klachten aan het bewegingsapparaat.
- Een beperkte conditie.
- Overgewicht (in samenwerking met een diëtiste).

Wat maakt Move@Manning uniek?

- Een persoonlijke screening en intake door een fysiotherapeut.
- Een speciaal op U afgestemd trainingsschema.
- Aangepaste beweegprogramma's bij Diabetes, COPD en Obesitas.
- Programma voor kinderen met obesitas.

Het trainingsprogramma

Wij stellen voor u het trainingsprogramma op dat op een pasje wordt geprogrammeerd. Dit pasje plaatst u na het inchecken in het apparaat waar u op traint en deze geeft aan wat u moet doen.

U hoeft zelf dus geen ingewikkelde apparaten in te stellen !

Na afloop checkt u uit en alle gegevens worden opgeslagen in de computer.

De resultaten van uw programma worden regelmatig met u doorgesproken en daaruit volgt eventueel een nieuw advies.

