

HET HARTREVALIDATIEPROGRAMMA BESTAAT UIT DE VOLGENDE STAPPEN:

- Intake en testen
- (groeps)trainingen 2x per week gedurende 8 weken
- Tussenevaluatie bestaande uit een gesprek en testen
- (groeps)trainingen 1x per week gedurende 4 weken
- Eindevaluatie bestaande uit een afrondend gesprek en testen.

Aan het einde van het programma wordt uw huisarts of cardioloog geïnformeerd over de resultaten.



Sterk in beweging!

HARTREVALIDATIE

HARTREVALIDATIE

Hofland-Van Geest Sportbegeleiding biedt (sport)fysiotherapie, manuele therapie, cursussen en trainingen in Naaldwijk, Wieringen, Kwintshoel en Monster.

Naaldwijk

Schaepmanstraat 38a
2672 AS Naaldwijk

Kwintshoel

Sportcomplex Quintus
Leeuwerik 1c
2295 PE Kwintshoel

Wieringen

Zorgtuinderij Nieuw Zuiderveld
Heulweg 34b
2291 BZ Wieringen

Monster

Sporthal de Wielepet
Heijdsesweg 9
2681 VN Monster

T: 0174 - 20 00 20

E: info@hoflandvangeest.nl
www.hoflandvangeest.nl

Hofland  van Geest
fysiotherapie ■ trainingen ■ sportbegeleiding



**BEWEEG
VOOR UW
HART!**

Hofland  van Geest
fysiotherapie ■ trainingen ■ sportbegeleiding

HARTREVALIDATIE

Fysiotherapiepraktijk Hofland-Van Geest is gespecialiseerd in het begeleiden van mensen met hartproblemen. Wilt u fitter worden met ondersteuning van een professioneel geschoolde therapeut dan kunt u dit programma volgen.

Heeft uw huisarts of cardioloog u verwezen voor hartrevalidatie in de eerste lijn? Of heeft u een hartrevalidatie programma gevolgd in het ziekenhuis of revalidatiecentrum en wilt u verder doortrainen onder begeleiding? Dan kunt u bij ons een passend programma volgen.

Het doel van dit programma is het bevorderen en/of in stand houden van een lichamelijk actieve leefstijl. Hierdoor heeft u minder kans op nieuwe hartproblemen en leert u beter om te gaan met de gevolgen van de hartziekte.

PROGRAMMA OP MAAT

Het programma wordt 'op maat' gemaakt. Tijdens de intake bespreken we wat uw doelen zijn en worden een aantal testen afgenomen.

Naast fysiek trainen wordt er in het programma ook informatie gegeven over risicofactoren, ontspanningsoefeningen, voeding en slaap.



Tijdens het programma controleren wij de hartslag en de bloeddruk. Aan het einde van het programma bespreken we met u het vervolgtraject en kunnen we u informeren wat er zoal in de regio te doen is aan beweegmogelijkheden.

WAAR

Hartrevalidatie wordt gegeven op Sportcomplex Quintus te Kwintsheul.

KOSTEN EN VERGOEDING

Het programma wordt vergoed vanuit de aanvullende verzekering. Fysiotherapiepraktijk Hofland-Van Geest heeft met alle zorgverzekeraars een overeenkomst afgesloten. U komt in aanmerking voor vergoeding van de kosten voor behandeling conform de door u gekozen polis. Bent u niet (voldoende) aanvullend verzekerd, dan zijn de kosten voor eigen rekening. De tarieven kunt u nalezen op de website.

Uw afspraak kunt u tot 24 uur van tevoren afzeggen of wijzigen, anders zijn wij genoodzaakt de gereserveerde tijd aan u door te belasten.

AANMELDEN

U kunt zich aanmelden via onze website of tijdens kantooruren via telefoonnummer 0174- 20 00 20. U kunt ook een mail sturen naar info@hoflandvangeest.nl

