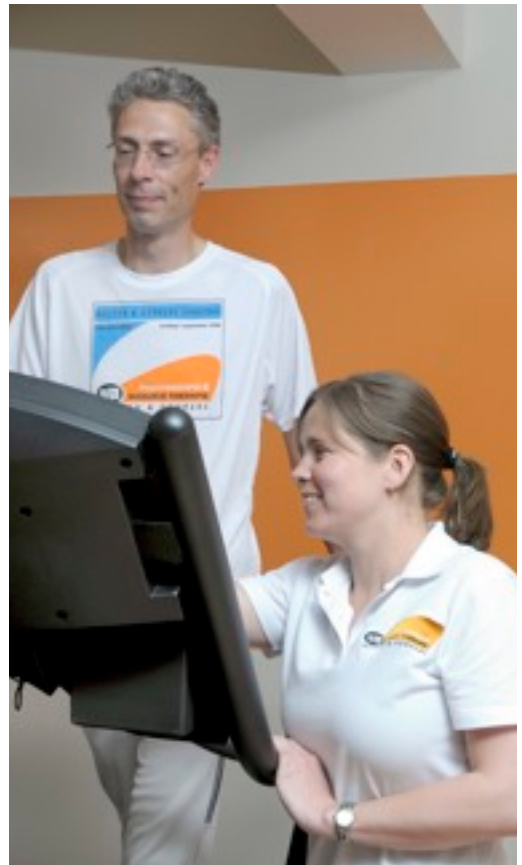


BLIJF FIT! TRAINING

Voorkomen is beter
dan genezen!



Abonnementen		
	2x per week	1x per week
Halfjaar	€ 285	€ 190
Kwartaal	€ 150	€ 100
Maand	€ 52,50	€ 35
Tijden		
Dag	Van	Tot
Maandag	19.00 uur	20.00 uur
Donderdag	19.00 uur	20.00 uur

Nuijten & Donkers
Fysiotherapie & Manuele Therapie
Thomas van Aquinostraat 39
5042 HA Tilburg
013 - 4684764
www.nuijten-donkers.nl

Ja, ik wil graag deelnemen aan BLIJF FIT! TRAINING

Naam:

Adres:

Postcode en woonplaats:

Telefoonnummer:

Geboortedatum: - -

Knip deze strook uit en lever deze in bij Nuijten & Donkers



VOORKOMEN IS BETER DAN GENEZEN!

NIEUW CONCEPT!

Nuijten & Donkers Fysiotherapie start met een nieuw fitness-concept:

Blijf Fit! Training

Voorkomen is beter dan genezen!

Blijf Fit! Training is fitness met begeleiding van de fysiotherapeut, gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek en vooral gericht op preventie van klachten aan gewrichten of spieren. Preventie van lichamelijke klachten is met de recente gang van zaken in de gezondheidszorg geen overbodige luxe.

Blijf Fit! Training houdt rekening met de persoonlijke wensen en behoeften van u. U werkt aan uw doelen.

Tijdens de trainingsperiode worden uw vorderingen op verschillende momenten gemeten en vastgelegd in uw persoonlijk dossier.

Blijf Fit! Training staat voor:

- Preventie van klachten
- Verantwoord bewegen na uw eenzijdige werk
- Een "lage drempel"
- Gezelligheid!

Aanmelding en intake

U kunt zich direct aanmelden voor **Blijf Fit! Training**, er zijn geen wachtlijsten. Voor aanvang dient u deel te nemen aan een eenmalige intake. Tijdens dit gesprek vult u enkele vragenlijsten in m.b.t. uw gezondheidssituatie en volgen er enkele testen om uw mobiliteit, kracht en conditie te bepalen. Voor de intake vragen wij eenmalig een bedrag van € 30,-.

Vervolgens stellen wij in overleg met u een fitnessprogramma op dat rekening houdt met uw wensen en behoeften.

Uw **doelen** kunnen bijvoorbeeld zijn:

- Conditieverbetering
- Verbetering van kracht en lenigheid
- Preventie van klachten
- Leren omgaan met klachten.

Om uw doelen te halen, adviseren wij u gebruik te maken van de extra voordelige mogelijkheid van 2x per week trainen.

Tijden

Blijf Fit! Training vindt plaats op maandag en donderdag van 19.00 uur tot 20.00 uur.

Tarieven

Blijf Fit! Training is niet duur! Onze mening is: voor gezondheid hoeft geen hoge prijs te worden betaald!

Daarom hanteren wij aantrekkelijke tarieven en abonnementen, waarbij het extra voordelig én gezonder is om 2x per week te trainen!