



Je fit voelen en bewegen hebben veel met elkaar te maken.
Geregeld sporten levert een positieve bijdrage aan uw gezondheid,
ook als u beperkt wordt door lichamelijke klachten of blessures.
Training, aangepast aan ieders individuele niveau, verhoogt de belastbaarheid
van het bewegingsapparaat en verbetert de functie van hart en longen.

FYSIO FIT LICHTENVOORDE biedt u de gelegenheid te sporten in
kleine groepjes, waardoor individuele begeleiding mogelijk is. U traint
uitsluitend onder leiding van fysiotherapeuten zodat deskundigheid op het
gebied van bewegen gegarandeerd is. Door het op de juiste manier uitvoeren
van de oefeningen met aandacht voor goede uitgangshoudingen en
belastingniveau's worden overbelasting en blessures voorkomen.
Begeleiding, advies en controle gedurende het hele trainingsprogramma waardoor u in staat
gesteld wordt om op een verantwoorde wijze aan het **FYSIO FIT LICHTENVOORDE**
programma deel te nemen.

Voor verdere informatie staan wij u graag persoonlijk te woord.

De abonnementskosten bedragen € 39,95 per maand. Hiervoor heeft u 1x per week les. In juli
en augustus betaalt u geen leskosten. In de 6 weken schoolvakantie mag u onbeperkt
zelfstandig komen trainen. De verplichte intake bedraagt € 25,-

INSCHRIJFFORMULIER FYSIO FIT

Naam _____ E-mail _____

Adres _____ postcode _____ Woonplaats _____

Geb.datum _____ Telefoon _____

voorkeurstijd*:	maandag:	19.00-20.00 uur/20.10-21.10 uur 21.15-22.15 uur
	dinsdag:	09.15-10.15 uur 19.00-20.00 uur/20.15-21.15 uur
	woensdag:	09.15-10.15 uur 13:30-14:30 uur 19.00-20.00 uur/20.15-21.15 uur
	donderdag:	09.15-10.15 uur/18.30-19.30 uur 19.45-20.45 uur/20.45-21.45 uur
	vrijdag:	13.30-14.30 uur

* Doorhalen wat niet van toepassing is.