

# Ontdek de vernieuwde oefen- en sportzaal bij Fysio Schagen

**DE PLEK VOOR PROFESSIONELE BEGELEIDING EN HERSTEL**

Bewegen is belangrijk, zeker als we ouder worden. Maar wat als je lichamelijke klachten hebt of een aandoening? Dan kan bewegen juist lastig zijn en is het belangrijk om hier goede begeleiding bij te krijgen. Bij Fysio Schagen ben je hiervoor aan het juiste adres. We spraken met Thijs Vos, werkzaam als fysiotherapeut en manueel therapeut bij Fysio Schagen.

**F**ysio Schagen heeft onlangs de hele oefen- en sportzaal verbouwd en voorzien van nieuwe apparatuur. Thijs begeleidt hier veel mensen met verschillende oefeningen. "Mensen met lichamelijke klachten of aandoeningen kunnen door middel van een oefenprogramma hun klachten verhelpen of verlichten. Het is van belang om actief te blijven en aan lichaamsbeweging te doen om het lichaam en de spieren sterk te houden en om vitaal te blijven of te worden," aldus Thijs.

Bij Fysio Schagen is het mogelijk om onder zeer goede begeleiding te

sporten. "De mensen die bij ons komen sporten krijgen eerst een intakegesprek. We bespreken wat hun doelen zijn en wat voor klachten er zijn. Op basis van dat gesprek maken wij een plan om hun doelen te behalen. Wij zijn er om de mensen te begeleiden en bekend te maken met fitness en de apparatuur," legt Thijs uit.

Geïnteresseerden kunnen contact opnemen met Fysio Schagen door te bellen of gewoon binnen te stappen in de praktijk. "Dan kunnen we een rondleiding geven bij ons op de praktijk en kennismaken. Zo kunnen ze eerst een beeld krijgen bij



wat de praktijk te bieden heeft," aldus Thijs.

Bewegen is dus belangrijk, maar goede begeleiding is net zo belangrijk. Bij Fysio Schagen weten ze dit als geen ander en bieden ze de juiste begeleiding om fit en vitaal te blijven.

**MEER INFO: [WWW.FYSIOSCHAGEN.NL](http://WWW.FYSIOSCHAGEN.NL) OF  
BEL FYSIOTHERAPIEPRAKTIJK FYSIO  
SCHAGEN 0224-213234**