

## FYSIO FIT

FysioFit biedt iedereen de mogelijkheid om verantwoord, effectief en plezierig te trainen onder deskundige begeleiding van een fysiotherapeut. Tijdens de trainingen staan uithoudingsvermogen, kracht en coördinatie centraal.

In enkele gevallen wordt FysioFit door uw zorgverzekeraar vergoed. Wij raden u aan om de polisvoorwaarden te raadplegen voordat u met het programma gaat starten. Ook kan het zijn dat uw werkgever FysioFit vergoedt of wil vergoeden. Informeer dan bij uw werkgever.

FysioFit kost 45 euro per maand en dan mag u twee maal per week komen trainen. Wilt u één keer per week komen trainen, dan kost het slechts 25 euro per maand. Wij hanteren geen inschrijfkosten of opzegtermijn<sup>1</sup>. Wel is er een minimum abonnementsduur van 3 maanden. Mocht u een keer niet kunnen, dan kan die les in dezelfde week ingehaald worden tijdens een ander FysioFit uur. Indien u het abonnement (tijdelijk) opzegt en u binnen 6 maanden opnieuw lid wordt, zijn er administratieve kosten aan verbonden van 25 euro. In geval van een blessure, verzoeken wij u te overleggen met de begeleidende fysiotherapeut. Vanaf november 2016 zal de betaling geschieden middels automatische incasso. Indien u hier geen gebruik van wilt maken, zijn wij genoodzaakt maandelijks EUR 5,- extra in rekening te brengen.

Voor meer informatie kunt u zich wenden tot de receptie.

**1** Opzegging in een maand betekent dat het abonnement doorloopt tot het einde van de maand waarin opgezegd wordt.

maandag	09.00-10.00	Tom
dinsdag	07.30-08.30	Tom
	13.00-14.00	Tom
	18.30-19.30	Margriet
woensdag	09.00-10.00	Tom
	10.00-11.00	Tom
	18.00-19.00	Tom
donderdag	09.00-10.00	Gert
	13.00-14.00	Marielle*
	18.00-19.00	Meriel
	19.00-20.00	Daan
vrijdag	09.00-10.00	Margriet

\*FysioFit **PLUS** = FysioFit, maar dan aanzienlijk rustiger (bestemd voor personen voor wie het tempo van de gewone FysioFit te hoog is, bijvoorbeeld door beperkingen vanwege COPD of hart- en vaatziekten)

## MEDISCHE FITNESS

Wilt u in beweging blijven na uw behandeling, of wilt u extra bewegen naast uw behandeling? Het Zilveren Kruis vergoedt nu de preventieve cursus Medische Fitness. Tijdens deze cursus traint u 3 maanden, 2 keer per week onder begeleiding van een fysiotherapeut. Na deze cursus kunt u zich opgeven voor de groepslessen van FysioFit.

Heeft u een aanvullende verzekering bij het Zilveren Kruis? Kijk dan op <https://vergoedingen.zilverenkruis.nl/> U kunt dan zien hoeveel u vergoed krijgt.