

## Fysioplus Rotterdam

Gezondheidscentrum Lage Land

Blondeelstraat 15a  
3067 VA Rotterdam

Dagelijks 8.00 - 18.00 uur  
Maandag 8.00 - 20.00 uur

## Fysioplus Hazerswoude-Dorp

Gezondheidscentrum Lindehof

Lindehof 29-31  
2391 DK Hazerswoude-Dorp

Dagelijks 8.00 - 18.00 uur  
Dinsdag 8.00 - 19.00 uur  
Donderdag 8.00 - 20.30 uur



## Centraal telefoonnummer

085 - 773 1994



## Algemene informatie

## Fysioplus, uw steun in de rug

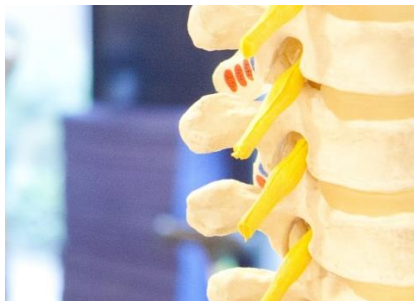
Fysioplus is een praktijk voor (bedrijfs)fysiotherapie met meerdere vestigingen, Zilveren Kruis Pluspraktijk en HKZ / KIWA-gecertificeerd. Bij Fysioplus worden lichamelijke klachten volgens de meest recente inzichten behandeld.

## Actief herstellen

Op de vestigingen staat een moderne trainingszaal tot uw beschikking om uw herstel actief te bevorderen. Hier kunt u onder begeleiding van een fysiotherapeut of trainer individueel trainen en medische fitness groepstrainingen volgen.

## Lage rugklachten? Volg het Fysioplus Rugcontrole Programma

Fysioplus biedt sinds enkele jaren het bijzonder effectieve Fysioplus Rugcontrole Programma, Back to Basic, aan. Hierin wordt onder andere gebruik gemaakt van het OriGENE-toestel en de Flexchair. De effecten zijn opzienbarend, een snelle afname van pijn en toename van beweeglijkheid.



## Manuele therapie

Het doel van manuele therapie is het beter laten functioneren van de gewrichten in het bijzonder van de wervelkolom, maar ook het optimaliseren van houding en beweging. We gebruiken hiervoor een aantal specifieke technieken en de effecten zijn vaak direct merkbaar in een toename van bewegingsvrijheid en afname van pijn.

## Oedeemtherapie en lymfedrainage

Bij Fysioplus wordt u behandeld met de Australische methode (Casley Smith), diepe kliertechnieken. Deze methode is wetenschappelijk onderbouwd en geeft vaak goede resultaten. Het behandelschema is kortdurend en dusdanig opgebouwd dat sprake is van een complete activering van het lymfstelsel. Ook leert u hoe u uzelf kunt behandelen.

## Ademhalings- en ontspanningstherapie

Ademhalings- en Ontspanningstherapie maakt u bewust van uw lichamelijke en mentale gespannenheid en verlaagt het algehele spanningsniveau.

Tijdens minimaal vijf behandelingen van 30 minuten wordt samen met u gezocht naar ingangen tot een prettige en zinvolle manier van spanningsvermindering.



## Oncologische fysiotherapie

Aan de hand van een uitgebreid intakegesprek en lichamelijk onderzoek, waarin een aantal testen en metingen worden uitgevoerd, wordt samen met u een persoonlijk behandelplan opgesteld.

Hierin werken we op maat aan conditieverbetering, herstel van spierkracht en ontspanning.

## Bedrijfsfysiotherapie

Onze bedrijfsfysiotherapeuten analyseren en optimaliseren uw werkplek en werkwijze. Hierdoor zijn de werkzaamheden minder belastend en dit leidt tot minder ziekteverzuim.

## Afspraak maken of meer informatie?

Neem contact op via het centrale telefoonnummer 085 - 773 1994 of via [info@fysioplus.com](mailto:info@fysioplus.com).

Voor meer informatie kunt u terecht op [www.fysioplus.com](http://www.fysioplus.com).