

Hartrevalidatie Fysiotherapie

U gaat starten met hartrevalidatie bij de afdeling Fysiotherapie. In deze factsheet vindt u aanvullende informatie.

Gemaakte afspraken

	Dag	Tijd	Eerste keer	Locatie
Cardiofitness				oefenzaal Fysiotherapie
Sport en spel				sportzaal GGZ
LBW/ Ontspanning				sportzaal GGZ

U kunt starten met de training als de betrokken fysiotherapeuten aanwezig zijn in de zaal.

Tijdens de revalidatie zal samen met u een einddatum van het trainingsprogramma worden bepaald.

Het kledingadvies voor de training is een shirt met korte mouwen, een trainingsbroek en sport-/zaalschoenen (geen buitenschoenen). Wilt u daarnaast een handdoek, pen (voor het bijhouden van uw resultaten op de trainingskaart) en zo nodig een leesbril meenemen naar de training?

U kunt op onze afdeling gebruik maken van de kleedkamers en douches.

Verhinderd?

Afmelding graag 24 uur van tevoren doorgeven via telefoonnummer 0512 588 245. Onze afdeling is te bereiken van 8.00-16.30 uur.

Locatie

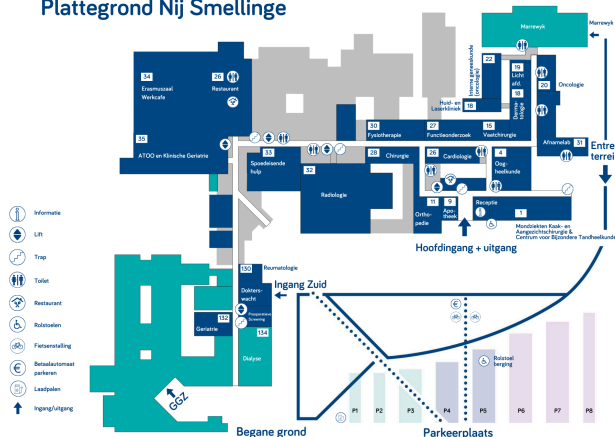
Route Fysiotherapie voor cardiofitness:

- Ingang Nij Smellinghe
- Afdeling Fysiotherapie, oefenzaal

Route sportzalen GGZ voor lichaamsbewustwording en/of Sport en spel:

- Ingang GGZ
- Neem de rechteringang bij GGZ Friesland
- U gaat linksaf
- Na 10 meter vindt u rechts de sportzalen

Plattegrond Nij Smellinghe



Parkeerkaart

Wanneer u langere perioden bij ons parkeert, kunt u kiezen voor een week- of maandkaart. Deze kaart kunt u kopen bij de betaalautomaten.

Wij wensen u een voorspoedige en fijne revalidatieperiode toe.