



Algemene voorwaarden Medisch fitness

Praktijk de Ruwaard & Van Buelsports

Medisch fitness is een vorm van training onder professionele begeleiding, waarbij het trainingsschema persoonlijk op u is aangepast ondanks uw eventuele beperkingen in bewegen. Deze wordt u aangeboden door Van Buelsports en Praktijk de Ruwaard.

Het doel van medisch fitness is door middel van het voor u opgestelde trainingsschema uw lichaam weer zo optimaal mogelijk te laten functioneren. Hierdoor ontstaat een betere balans tussen belasting (wat u doet met uw lichaam) en belastbaarheid (wat uw lichaam aan kan) waardoor uw klachten verminderen of niet terug komen.

Er wordt in kleine groepen getraind van maximaal 8 deelnemers.

De trainingen zijn bedoeld voor mensen die na een blessure/ aandoening willen starten met het verbeteren van de conditie en de spierkracht willen vergroten. Mensen die geen bewegings beperking of blessure hebben kunnen ook voor deze vorm van training kiezen.

Aanmelding

Om deel te nemen aan medisch fitness is geen verwijzing van uw huisarts nodig. Er zijn 2 manieren om te starten. U kunt instromen vanuit de fysiotherapie. Dit houdt in dat u onder behandeling bent en de behandelingen gecombineerd worden of overgaan in het medisch fitness.

Het is ook mogelijk om vanuit eigen initiatief te starten. U start dan met een intake om goed in kaart te brengen wat voor een trainingsprogramma bij u past.

Iedere deelnemer vult een intake-formulier in en er wordt een 0-meting afgenomen. Dit om een passend programma voor u samen te stellen en uw resultaten beter in beeld te brengen.

Abonnement

Medisch fitness vindt plaats bij van Buelsport aan de obrechtstraat 11 in Oss. De training is op maandag van 15.00 tot 16.00 en op donderdag 13.00 tot 14.00 voor een periode van minimaal 12 weken.

(1x per week is niet mogelijk omdat dat onvoldoende is om goede trainingsresultaten te boeken)

De kosten bedragen €40,- per 4 weken.

Op het moment dat u verhinderd bent kan u in overleg met uw trainer het uur inhalen. U dient zich wel 24 uur van te voren af te melden. Bij afwezigheid van uw trainer wordt er naar een invaller gezocht, mocht dit niet lukken, mag u het uur inhalen. Bij uitval door nationale feestdagen is er geen mogelijkheid tot inhalen.

Privacy

Praktijk de Ruwaard en Van Buelsports houden zich aan de wet bescherming persoonsgegevens (WPB) Een uitgebreide beschrijving van het privacy beleid is terug te vinden op www.praktijkderuwaard.nl

Huisregels

Wij gaan ervan uit dat u zorgvuldig omgaat met de voorzieningen. Verder wordt er van u verwacht dat u respectvol bent naar de trainer en de deelnemers van het medisch fitness. Het is niet toegestaan om te roken of om huisdieren mee te nemen. Ook belangrijk is dat u na iedere oefening het toestel schoon maakt. Draag comfortabele kleding en sportschoenen die u alleen binnen draagt. Neem een handdoek en water mee.

Persoonlijke eigendommen

U kan jassen en tassen neerleggen in de daarvoor bestemde kleedkamers. Het is mogelijk om kosteloos gebruik te maken van een kluisje, waardevolle spullen mag u ook mee de oefenzaal in nemen. Praktijk de Ruwaard en Van Buelsports zijn op geen enkele manier aansprakelijk voor uw eigendommen.