



Rijndam

Revalidatie

Conditiegroep

Home › Conditiegroep

Locaties [Ringdijk \(/contact/ringdijk\)](/contact/ringdijk)

Tijdens de inspanningsgroep werkt uw kind 1 tot 2 keer per week (in afstemming met het onderwijsprogramma) aan zijn of haar uithoudingsvermogen (aerobe capaciteit), sprint (anaerobe capaciteit) en spierkracht. Dit gebeurt in groepsverband.

Het doel van de inspanningsgroep is het verbeteren van de fysieke fitheid en het ontwikkelen en behouden van een actieve leefstijl. Het kind wordt door de fysiotherapeut gemotiveerd om buiten school een beweegactiviteit of sport te zoeken om het behaalde niveau van fysieke fitheid te behouden. Aanmelding voor conditiegroepen gebeurt via de revalidatiearts.

Specialisten in revalidatie

[Volwassenenrevalidatie](#) | [Kinderrevalidatie](#) | [Arbeidsrevalidatie](#) | [Orthopedietechniek](#)

© 2020 Rijndam