

Sportblessures & overbelasting

Sporten is leuk en gezond, maar wat doe je als je door klachten ineens niet meer mee kunt doen?



kinder
fysiotherapie
leeuwarden

Sportblessures & overbelasting

Sporten geeft plezier en ontspanning. Je wordt er fitter van en het heeft veel gezondheidsvoordelen. Om lekker te kunnen sporten moeten de belasting van het sporten zelf en de belastbaarheid van je lichaam op elkaar afgestemd zijn. Als de sportbelasting te hoog of je belastbaarheid te laag is, loop je het risico dat je jezelf overbelast en/ of dat je een blessure oploopt. Sporten lukt dan niet meer of niet meer zonder dat je last hebt.

Sportblessures uiten zich bij kinderen anders dan bij volwassenen omdat hun lichaam nog groeit en in ontwikkeling is. Bij het onderzoek en de behandeling gaan we steeds uit van de ontwikkelingsfase van het kind op lichamelijk en sociaal-emotioneel vlak. De behandeling is daarmee maatwerk. We behandelen de klachten en werken daar waar mogelijk samen met de sportbegeleiders van de club. Het doel is zo snel mogelijk weer met plezier en zonder klachten mee te doen met sporten.

Kinderfysiotherapie!

Bij Kinderfysiotherapie Leeuwarden zijn we gespecialiseerd in het onderzoeken en behandelen van kinderen met (sport)blessures en overbelastingsklachten. Wij geven advies aan kind/ jongere en ouders om tot een zo optimaal mogelijk herstel te komen.

Kinderfysiotherapie Leeuwarden

*Kijken naar wat uw kind kan en nodig heeft – Ieder kind is uniek – Maatwerk
– Gekwalificeerde kinderfysiotherapeuten – Gespecialiseerd in beweging en ontwikkeling – Aandacht voor sociaal-emotionele ontwikkeling – Geen wachtlijst
– Bijna altijd volledig vergoed uit de basisverzekering*