

# Oefenen en trainen met bewegen voor dansers

Je hebt klachten of een blessure door het dansen. Je wilt snel weer fit zijn, en het podium weer op. Maar je wilt ook je lichaam niet overbelasten. Hoe pak je dat aan?

Onze fysiotherapeuten, mensendiecktherapeut en podotherapeuten kunnen je begeleiden bij je herstel. Ze leren je hoe je je lichaam weer stap-voor-stap meer kunt belasten. Ze geven je tips en adviezen, en oefenen met je. Ook als je klachten wilt voorkomen, kun je contact opnemen voor advies.

## Fysiotherapie/ Mensendieck

Academie voor Theater en Dans

Arnhem West Fysio

Bleeksma Fysiotherapie

Diepeveen Fysiotherapie en Revalidatie

Fysio Diamond Factory

FysioHolland

Fysio People

Fysio van Straten

Fysiotherapie Radier

Mara Tar Fysiotherapie

Mensendieckpraktijk Dansoefentherapie

Metodiq

MMfysio

Movement solutions

Physique Preventiecentrum B.V.

Sport Medisch Centrum Papendal

Uttien & Vermeer Fysiotherapie

VSO Papendal/ VSO Netwerk

FysioCare Klimmen

Profysio

Fysiotherapie Hooiweg

Fysiotherapie Houten-Zuid

## Podotherapie

Podotherapie Bottendaal

Podotherapie Fuit en van Houten

Podotherapie Mouchart

Podotherapie Rotterdam

Code DMZ-025