



Sint Maartenskliniek

## Spierkracht en conditie

Op deze pagina lees je meer over de behandelmodule Spierkracht en conditie.

### Voor wie is de behandeling?

Deze module is voor kinderen in de leeftijd van 7-18 jaar.

### Wat doen we?

We focussen op het sterker worden en langer volhouden van het lopen/rennen. Denk aan sneller lopen, met tik/remspelletjes mee kunnen doen, langer kunnen lopen, minder vermoeid raken of traplopen. Tijdens het oefenen (op de loopband) is het mogelijk uw kind intensief te belasten op een speelse manier in een veilige omgeving.

### Duur van de behandeling

De totale duur is 15 weken. kind zal in 3 blokken van 5 weken training krijgen.

Uw kind zal in een periode van 4 weken, 2 x per week 2 uur aanwezig zijn voor een poliklinische behandeling bij ons op locatie. De training duurt 1,5 uur. Met een half uur pauze om iets te eten of te drinken. Hierna evalueren we de behandeling met een meting en een teambespreking over het resultaat van de behandeling.

Daarna zal een fysiotherapeut uit uw omgeving uw kind 5 weken behandelen. Via beeldbellen zal twee keer overleg zijn met de fysiotherapeut van de Sint Maartenskliniek om af te stemmen. Na deze 5 weken vindt de behandeling weer plaats bij ons op locatie, op dezelfde manier als de eerste poliklinische fase. In de laatste week (week 15) evalueren we de behandeling in zijn geheel met een meting en een teambespreking over het resultaat van de behandeling.