

Fitaal Nieuwsbrief

Drachten

september 2026



In dit nummer onder andere:

- Bekkentherapie
- Oedo Mulder,
een terugblik
- Chronische
ouderenzorg

www.fitaal.nl



samen
zorgen voor
beweging

BEKKENBODEMKLACHTEN: je hoeft er niet mee rond te lopen



“Wij zijn er echt voor iedereen met bekken en bekkenbodemplachten.” Bekkenfysiotherapeut Mirjam van der Velde wil graag afrekenen met het hardnekkige beeld dat bekkenbodemplachten vooral voorkomen bij vrouwen na een zwangerschap of bevalling. “Mannen, vrouwen en ook kinderen kunnen plas- of poepklachten krijgen.” De klachten zijn bovendien heel verschillend: van ongewild urineverlies en verstopping tot pijn bij het vrijen of problemen met plassen. Toch rust er nog altijd een taboe op veel van deze klachten. Mensen schamen zich ervoor, praten er niet over en lopen er soms jarenlang mee rond, terwijl er vaak wel degelijk iets aan te doen is. Mirjam vertelt wat bekkenfysiotherapie kan betekenen, waarom het belangrijk is om klachten niet te negeren en hoe Fitaal probeert de wachtlijst voor deze gespecialiseerde zorg beheersbaar te houden.

Niet blijven rondlopen met klachten

“Wat ik vooral merk, is dat mensen soms al heel lang met klachten rondlopen voordat ze hulp zoeken”, vertelt Mirjam. “Ze vinden het ongemakkelijk om erover te praten of denken dat het erbij hoort. Maar dat hoeft helemaal niet zo te zijn.” Juist door klachten bespreekbaar te maken, kan er gekeken worden waar ze vandaan komen en wat eraan gedaan kan worden.

Een bekkenfysiotherapeut kijkt daarbij niet alleen naar de bekkenbodem zelf. “Ik ben altijd aan het puzzelen. Waar komt de klacht vandaan en wat speelt er nog meer mee? De bekkenbodem staat niet los van de rest van het lichaam.”

Als het over je knie gaat, praat je er gewoon over:

“Ik heb pijn met traplopen.”

“Ik kan niet goed hurken.”

“Mijn knie voelt instabiel.”

Maar zeggen dat je urine verliest bij het sporten?

Dat vrijen pijn doet?

Dat je constant naar het toilet moet?

Of dat je ontlasting moeilijk kunt ophouden?

Dat blijkt ineens een stuk lastiger.

Waarom eigenlijk?

Bekkenbodemplachten zijn niet iets om je voor te schamen. Het zijn klachten waarvoor je hulp kunt krijgen.

Maak het bespreekbaar. Wij luisteren.

Niet alleen voor zwangere vrouwen

Om de wachtlijst voor bekkenfysiotherapie enigszins beheersbaar te houden, heeft Fitaal de expertise binnen het team uitgebreid. De fysiotherapeuten en ZwangerFit-docenten Kim Munsterman en Kirsten Wagena hebben zich ook verdiept in bekkenbodemplachtematiek. Mirjam: “Daardoor kunnen Kim en Kirsten tijdens een eerste intake beoordelen welke klachten iemand heeft en welke rol de bekkenbodem daarbij speelt. Bij lichte klachten kunnen zij vaak al met gerichte oefentherapie aan de slag.” Hun kennis is niet alleen waardevol voor zwangere vrouwen. Ook andere patiënten met bijvoorbeeld klachten rondom plassen, ontlasten, de lage rug of het bekken kunnen bij hen terecht voor een eerste beoordeling. “Als blijkt dat iemand meer gespecialiseerde begeleiding nodig heeft, zijn de lijnen naar mij als bekkenfysiotherapeut kort.”

Een goede plashouding helpt

Een onderwerp waar Mirjam regelmatig vragen over krijgt, is urineverlies. “Veel mensen denken dat urineverlies vooral iets is wat bij het ouder worden hoort. Maar ook jonge mensen kunnen ermee te maken krijgen.” Minder drinken om urineverlies te voorkomen, is geen goede oplossing. Voldoende drinken blijft belangrijk. De meeste

mensen gaan ongeveer zes tot acht keer per dag naar het toilet. Mirjam benadrukt dat een goede houding op het toilet belangrijk is. "Ga rustig zitten, zet je voeten goed op de grond en neem de tijd om uit te plassen."

Bekkenbodemoefeningen kunnen helpen bij bepaalde vormen van urineverlies. "Er zijn tegenwoordig ook apps die daarbij kunnen helpen. Maar het is wel belangrijk dat je weet welke spieren je moet aanspannen en wanneer je ze juist moet ontspannen." Daarom onderzoekt Mirjam het liefst de werking van de bekkenbodem. "Een inwendig onderzoek is altijd in overleg met de patiënt en alleen met toestemming. Bij vrouwen kan het onderzoek vaginaal plaatsvinden en bij mannen anaal. "Zo kan ik beoordelen hoe de bekkenbodemspieren functioneren en iemand helpen om deze spieren beter te leren voelen en op de juiste manier te leren gebruiken."

Bekkenklachten

Niet iedere klacht in het bekkengebied is een bekkenbodemklacht. Ook met lage rugklachten, verminderde stabiliteit, bilklachten of klachten rondom het SI-gewricht kunnen patiënten bij Mirjam terecht. "Als bekkenfysiotherapeut kijk ik niet alleen naar de plek waar iemand pijn heeft, maar probeer ik te achterhalen waar de klacht vandaan komt. De bekkenbodem kan daar een rol in spelen, maar dat hoeft niet altijd zo te zijn." Soms is een manueel therapeut beter in staat om een bepaalde klacht te behandelen. In andere situaties kan een psychosomatisch fysiotherapeut meer betekenen. "Andersom weten mijn collega's dat ze bij klachten in het bekkengebied ook moeten vragen naar veranderingen in het plassen of de ontlasting." Die samenwerking is voor Mirjam heel belangrijk. "Het menselijk lichaam blijft een fenomeen. Door met elkaar mee te kijken en onze kennis en ervaringen te delen, kunnen we samen tot een aanpak komen die het beste bij onze patiënt past."

"Wacht niet uit schaamte met hulp zoeken."

Metten en inzicht geven

Om klachten goed in kaart te brengen, kan Mirjam verschillende onderzoeksmethoden inzetten. Zo kan met flowmetrie de urinestraal tijdens het plassen worden gemeten. En met een uitwendige echo kan ze beoordelen of de blaas na het plassen voldoende leeg is. "Voor mij zijn

dat waardevolle hulpmiddelen om de voortgang te volgen. Maar voor de patiënt is het misschien nog wel belangrijker om inzicht te krijgen in wat er gebeurt. Als je ziet wat er aan de hand is en begrijpt hoe je lichaam reageert, kun je daar ook gericht mee aan de slag."

Extra bekkenfysiotherapeut in aantocht

Vanaf oktober krijgt Mirjam versterking van Anita Vellema, die de opleiding tot bekkenfysiotherapeut volgt. "Anita kan onder mijn begeleiding steeds meer ervaring opdoen. Zolang zij in opleiding is, werken we op dezelfde dag bij Fitaal De Morra, zodat ik haar goed kan begeleiden." De boodschap van Mirjam blijft ondertussen eenvoudig: "Wacht niet uit schaamte met hulp zoeken. Bekkenbodemklachten komen veel vaker voor dan mensen denken en je hoeft er niet alleen mee rond te lopen, want negentig procent van de klachten kunnen met bekkenfysiotherapie verminderen of verdwijnen."





BALANS, BEWEGING, GROEI

“Een leeg bureau. Ook thuis.” Op de vraag waar Oedo Mulder het meest naar uitkijkt wanneer hij per 1 oktober het management van Fitaal overdraagt, hoeft hij niet lang na te denken. “Er is gewoon altijd wel iets wat aandacht vraagt of waar ik nog even mee bezig moet. Helemaal niet erg, maar lekker dat dat straks niet meer mijn verantwoordelijkheid is.” Na bijna dertig jaar draagt Oedo het stokje over aan het nieuwe managementteam. Sawani Kuipers en Sander van Tartwijk nemen, met ondersteuning van Liesbeth Kooi, de dagelijkse leiding over. Oedo blijft drie dagen per week als fysiotherapeut bij Fitaal betrokken: twee dagen op de praktijk aan de Morra en een dag bij patiënten aan huis. “Begin 2025 is de datum van mijn afscheid binnen het managementteam genoemd. Ik merk dat ik het steeds minder moeilijk vind om los te laten.”

Klein begonnen, groot geworden

Als Oedo terugkijkt naar het begin, moet hij lachen. “Als je ziet hoe Kees, Teakele en ik in 1997 zijn begonnen... Een kleine oefenzaal waarin acht personen konden sporten. Een paar leden van het eerste uur zullen zich nog herinneren dat je over elkaars voeten moest stappen om bij het volgende fitnessapparaat te komen.”

De start was voortvarend. Een week voor de open dag stond er een interview met Kees, Teakele en Oedo op de voorpagina van de Drachtster Courant. “Na die eerste open dag hadden we onze agenda’s voor de week daarna al vol met intakes.” In 1998 kwam er een extra trainingszaal

bij en in 2000 werd aan de Sportlaan een compleet nieuwe accommodatie geopend. Vooraf hadden Kees en Oedo niet kunnen bedenken dat het zo groot zou worden. “Actieve fysiotherapie werd toen nog nergens aangeboden. Als je nu om je heen kijkt, is er bijna geen fysiotherapiepraktijk die geen oefenzaal heeft.”

Steeds een stap verder

Oedo gaat verder: “Bij de groei bleven we vasthouden aan onze principes waarin de aandacht voor onze leden centraal stond.” In 2014 werden de praktijken van Kees en Oedo samengebracht onder één naam: Fitaal,



een samenvoeging van de woorden Fit en Vitaal. In 2021 werd Fitaal onderdeel van Fysiogroep Nederland (FGN), waardoor de organisatie onderdeel werd van een landelijke keten van kwalitatieve, toonaangevende fysiotherapiepraktijken. "Het is natuurlijk geweldig dat FGN in Friesland de naam Fitaal heeft overgenomen en dat Fitaal daardoor nu in meerdere plaatsen in Friesland actief is."

Samen groeien

Bijna dertig jaar samenwerken betekent niet alleen groeien als organisatie. Ook veel collega's die als stagiaire begonnen, hebben zich ontwikkeld tot ervaren en gespecialiseerde fysiotherapeuten. Oedo kijkt met veel plezier terug op de gezamenlijke jubileumreisjes. "In 2007 bestonden we tien jaar en zijn we met elkaar naar Winterberg geweest. De groep bestond toen uit veertien collega's." Daarna volgden jubileumreisjes naar Barcelona, Berlijn en Brugge. De groep collega's groeide ondertussen flink. "Je leert elkaar tijdens zo'n reisje op een andere manier kennen. En je hebt na afloop gezamenlijke herinneringen om te delen. Met sommige collega's ontstaat daardoor een andere band en dat zie je terug op de werkvloer."

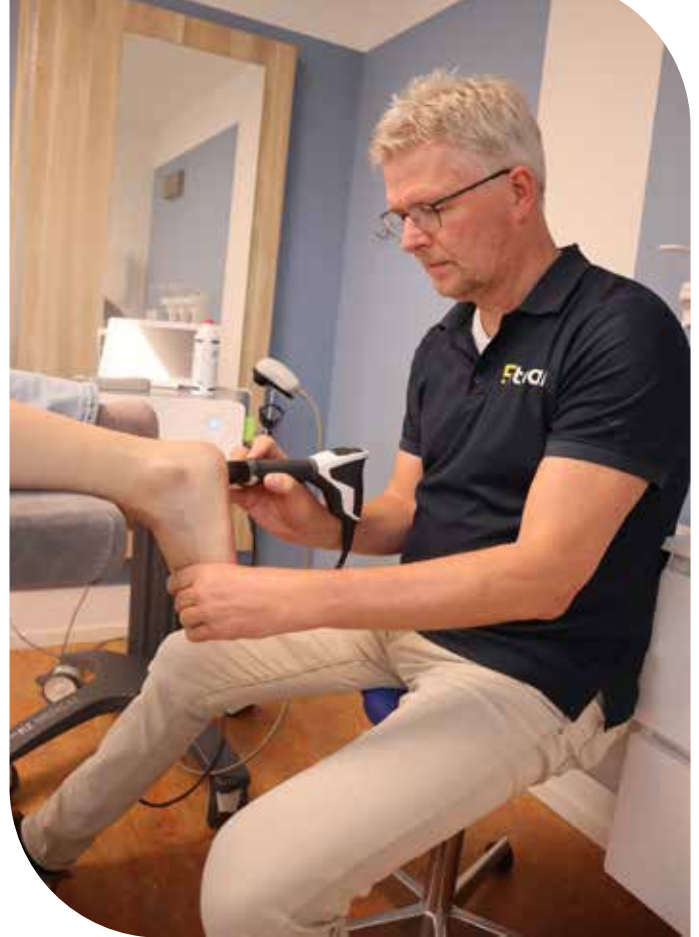
Samen zijn en samen groeien past goed bij de visie van Fitaal: Samen in Beweging. "Dat gaat voor mij over samen met de patiënt werken aan herstel, maar ook over samenwerken met collega's, andere disciplines en specialisten. En beweging betekent niet alleen dat een patiënt moet bewegen. Als organisatie moeten we ook blijven bewegen."

"Als je nu om je heen kijkt, is er bijna geen fysiotherapiepraktijk die geen oefenzaal heeft."

Van controle naar vertrouwen

Die beweging heeft Oedo zelf ook doorgemaakt. Als fysiotherapeut word je niet opgeleid tot praktijkhouder. "Kees en ik hebben met name in de beginjaren alles zelf moeten uitvinden." In die eerste jaren wilde Oedo graag de controle houden. "Ik vond dat ik alles moest weten. Je ontkomt er niet aan dat je dan soms als een bemoeial overkomt."

Toen mede-eigenaar Kees in 2019 aangaf een jaar later een stap terug te willen doen, brak voor Oedo een nieuwe fase aan. Hij stond er als leidinggevende alleen voor, terwijl ook het vak veranderde en het leeftijdsverschil met nieuwe collega's groter werd. De training 'Persoonlijk



Leiderschap' heeft hem veel gebracht. "Als ik één ding anders had kunnen doen in de afgelopen dertig jaar, dan had ik die training eerder willen volgen. Hier leerde ik om hoofd en hart in verbinding te brengen en daarbij vooral dichtbij mezelf te blijven. Hierdoor ben ik veel relaxter geworden in het leidinggeven."

Loslaten

En nu is het tijd om dat ook zelf in de praktijk te brengen. "Ik heb alle vertrouwen in het nieuwe managementteam. Ze moeten het vooral op hun eigen manier doen." Helemaal verdwijnen doet hij gelukkig niet. "Ik ben niet weg. Als ze advies willen, zal ik ze daar waar mogelijk graag helpen." Hij kijkt uit naar de extra vrije tijd die hem straks ten deel valt. "Ik geloof niet dat ik me ga vervelen. Ik ben actief bij voetbalvereniging Drachtster Boys, ik blijf natuurlijk sporten bij Fitaal en daarnaast verwacht ik wat vaker op mijn gravelbike te stappen en hoop ik mijn handicap met golfen nog te verbeteren. En ik ben straks iedere vrijdag vrij, dat betekent dat Nelly en ik wat vaker de camper kunnen pakken voor een lang weekend weg."

Na bijna dertig jaar leidinggeven komt er dus ruimte voor een ander ritme. Minder verantwoordelijkheid, meer vrije tijd en vooral: blijven bewegen. Van een kleine oefenzaal naar een organisatie die inmiddels op veel meer plekken in Friesland actief is. Van fysiotherapeut naar praktijkhouder en uiteindelijk naar een leider die heeft geleerd te vertrouwen en los te laten.

Balans, beweging, groei. Het past misschien wel net zo goed bij Oedo als bij Fitaal.

BLIJVEN BEWEGEN, OOK MET MEERDERE AANDOENINGEN

Bewegen is essentieel om fit en zelfstandig ouder te worden. Het verkleint de kans op vallen, houdt spieren en botten sterk en draagt bij aan een betere kwaliteit van leven. Ook wanneer er sprake is van een of meerdere chronische aandoeningen, blijft bewegen belangrijk. “Juist dan kun je vaak meer dan je denkt”, vertelt Xander Broos, fysiotherapeut bij Fitaal en verantwoordelijk voor de ouderenzorg bij Fitaal. Voor ouderen die extra begeleiding nodig hebben, biedt Fitaal verschillende beweegprogramma's aan. Een daarvan is Zilverfit, speciaal ontwikkeld voor 60-plussers. Hierbij staan kracht, balans en dagelijkse beweging centraal. De oefeningen worden afgestemd op het niveau en de mogelijkheden van de deelnemers.

Leven met meerdere aandoeningen

Naarmate mensen ouder worden, neemt de kans toe dat er meerdere aandoeningen tegelijk spelen. Dit wordt comorbiditeit genoemd: twee of meer aandoeningen die ieder een eigen behandeling vragen. Hoewel comorbiditeit op iedere leeftijd kan voorkomen en ook een combinatie van lichamelijke en psychische aandoeningen kan zijn, zien we het vooral bij ouderen doordat de kans op chronische aandoeningen met het ouder worden toeneemt. “Een voorbeeld is iemand met een longaandoening bij wie later ook diabetes wordt vastgesteld”, legt Xander uit. “Beide aandoeningen vragen om een andere aanpak, maar hebben samen ook invloed op hoe iemand zich voelt en functioneert.” Bij ouderen zien fysiotherapeuten regelmatig combinaties van verschillende aandoeningen, zoals bijvoorbeeld artrose, hart- en vaatziekten, COPD, diabetes, obesitas of de ziekte van Parkinson.

In beweging blijven

Een extra diagnose kan veel impact hebben. “Mensen kunnen daardoor onzeker worden of minder gaan bewegen”, vertelt Xander. “Maar juist op oudere leeftijd is beweging ontzettend belangrijk. Het lichaam heeft dan meer onderhoud nodig.” Bij een intake kijkt de fysiotherapeut niet alleen naar de aandoeningen, maar ook naar het dagelijks functioneren, de medicatie en de persoonlijke doelen van de patiënt. Samen wordt bekeken welke vorm van bewegen veilig en haalbaar is. “En wanneer voeding een belangrijke rol speelt, kan ook een diëtist worden ingezet”, aldus Xander. “We bouwen het beweging stap voor stap op en leren mensen



hoe zij op een verantwoorde manier actief kunnen zijn en blijven.”

Meer mogelijk dan je denkt

Xander vertelt over een patiënt met longemfyseem, overgewicht en diabetes. Door zijn benauwdheid bewoog hij nog nauwelijks en kreeg hij zijn diabetes niet onder controle. “Met begeleiding van de fysiotherapeut is hij weer gaan bewegen. Daarnaast volgde hij de adviezen van de diëtist en veranderde zijn leefstijl. Uiteindelijk viel hij maar liefst veertig kilo af en verbeterde zijn gezondheid aanzienlijk.” Volgens Xander laat dit zien dat er vaak meer mogelijk is dan mensen vooraf denken. “Je moet het uiteindelijk zelf doen, maar met de juiste begeleiding en motivatie kun je ontzettend veel bereiken.”

Maatwerk en coaching

Iedere patiënt is anders. Daarom levert Fitaal altijd maatwerk. Samen wordt gekeken welke vorm van bewegen het beste aansluit bij iemands wensen en mogelijkheden. Voor de een is dat het programma Zilverfit, terwijl een ander liever aansluit bij een wandelgroep in de buurt. “Vaak gaat het niet alleen om méér bewegen, maar ook om het doorbreken van vaste patronen”, vertelt Xander. “We zoeken samen naar een vorm van bewegen die bij iemand past en vooral ook leuk is. Als je plezier krijgt in bewegen, houd je het veel makkelijker vol.” Bewegen heeft bovendien niet alleen een positief effect op het lichaam, maar ook op de psyche. Het verbetert je stemming, vermindert stress en kan helpen bij angst- of depressieve klachten. Daarnaast zorgt samen bewegen vaak voor nieuwe sociale contacten, wat eveneens bijdraagt aan een betere kwaliteit van leven. “Met kleine stapjes kom je al een heel eind”, besluit Xander. “Ons doel is dat mensen weer zelfstandig verder kunnen. Ook daarna blijven we graag op de achtergrond beschikbaar voor coaching en advies.”

MANUELE THERAPIE, EEN KRACHTIG HULPMIDDEL

We belasten onze spieren en gewrichten elke dag. Soms vragen we ongemerkt meer van ons lichaam dan het aankan. Wanneer die belasting te groot wordt, kunnen klachten ontstaan die langere tijd kunnen aanhouden. Een goede samenwerking tussen alle gewrichten en spieren in het lichaam is belangrijk. "Als die bewegingsketen verstoord raakt, kan pijn ontstaan op een andere plek dan waar de oorzaak ligt." Aan het woord is Jillis van der Voort, fysiotherapeut en manueel therapeut bij Fitaal. Jillis maakte in september 2025 de overstap naar Fitaal. Daarvoor werkte hij onder meer in Joure en Stiens. "Toen Sawani mij vorig jaar benaderde, heb ik er goed over nagedacht, omdat ik het in Stiens erg naar mijn zin had. Na gesprekken met verschillende collega's bij Fitaal kreeg ik een goed gevoel bij de organisatie." Jillis woont al ruim 25 jaar met zijn gezin in Beetsterzwaag. Dat hij nu op de fiets naar zijn werk kan, ziet hij als een mooie bonus.

Klachten vanuit de wervelkolom

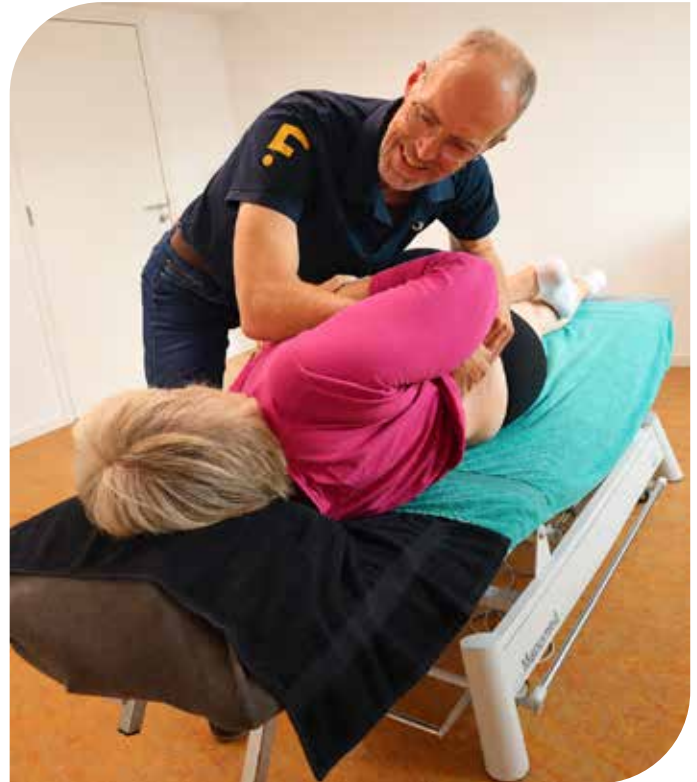
"Ik ben in de eerste plaats fysiotherapeut", vertelt Jillis. "Als manueel therapeut heb ik geleerd om naar de hele bewegingsketen van het lichaam te kijken." Zo kan pijn in een arm bijvoorbeeld voortkomen uit een probleem in de nek of schouder. "De behandeling begint meestal met gerichte oefeningen. Indien nodig geef ik adviezen over bewegen of leefstijl." Manuele therapie wordt vaak toegepast bij klachten die samenhangen met de wervelkolom, zoals nek- en schouderklachten, bekken- en heupklachten, lage rugklachten, langdurige hoofdpijn of uitstralende pijn naar armen of benen. "Soms beweegt een gewricht minder goed dan gewenst. Dat kan pijn, stijfheid of bewegingsbeperkingen veroorzaken."

Manuele therapie als extra hulpmiddel

Ondersteunend aan oefeningen, kan manuele therapie een waardevolle aanvulling zijn. "Met specifieke technieken, bestaande uit manipulaties en mobilisaties, kan ik de beweeglijkheid van een gewricht verbeteren. Daardoor kunnen klachten afnemen en wordt bewegen vaak gemakkelijker. Dat maakt het ook eenvoudiger om de oefeningen vol te houden." Jillis ziet manuele therapie dan ook als een aanvulling op oefentherapie. "Het is een krachtig hulpmiddel, maar geen wondermiddel. Het doel is altijd om mensen weer beter te laten bewegen en hen actief aan hun herstel te laten werken." Bij sommige mensen met een duidelijke bewegingsbeperking kan deze behandeling relatief snel verlichting geven.

Ontspanning van gewrichten en spieren

"Veel langdurige klachten zijn een combinatie van problemen in gewrichten en spieren", legt Jillis uit. "Wanneer



een gewricht minder goed functioneert, kunnen de spieren eromheen extra spanning opbouwen." Onderzoek laat zien dat manuele technieken bij sommige mensen niet alleen invloed kunnen hebben op de beweeglijkheid van een gewricht, maar ook op de spierspanning rondom dat gewricht. De behandeling is daarom altijd gericht op het verbeteren van de manier waarop gewrichten en spieren samenwerken. In combinatie met oefeningen helpt dit mensen om soepeler te bewegen en hun dagelijkse activiteiten met meer vertrouwen uit te voeren.

Veel expertise binnen Fitaal

Jillis is blij met zijn overstap naar Fitaal. "Wat mij aanspreekt, is de brede expertise binnen de praktijk. We hebben veel specialismen in huis en weten elkaar gemakkelijk te vinden. Daardoor kunnen we goed samenwerken en leren we voortdurend van en met elkaar." In eerdere functies werkte Jillis jarenlang als fysiotherapeut in een gezondheidscentrum. "Ik vond het belangrijk om mij te blijven ontwikkelen en volgde opleidingen die aansloten bij de zorgvraag van onze patiënten." Omdat er ook een verloskundigenpraktijk in het gezondheidscentrum gevestigd was, verdiepte hij zich onder andere in de behandeling van zwangerschap gerelateerde klachten, zoals stuit- en lage rug- en bekkenklachten. Daarnaast heeft Jillis zich geschoold in echografie en kan hij, wanneer dat passend is, dry needling inzetten als onderdeel van de behandeling. Inmiddels maakt hij ook deel uit van het schouderteam van Fitaal, waarin collega's samenwerken aan de behandeling van schouderklachten.

Fitnessvouchers

Aan het eind van een fysiotherapietraject kunnen patiënten zich via de QR code op een fitnessvoucher aanmelden voor twee weken gratis trainen bij Fitaal De Sportlaan. Zo kunt u op een laagdrempelige manier kennismaken met fitness bij Fitaal.

Bij Fitaal is altijd begeleiding aanwezig zodat u verantwoord en op uw eigen niveau kunt trainen. Met een lidmaatschap kunt u daarna op een duurzame manier blijven werken aan uw gezondheid.

Bent u bij ons in behandeling? Vraag uw fysiotherapeut dan naar de fitnessvoucher.

Valpreventie

Na de zomervakantie zijn de groepstrainingen valpreventie bij Fitaal Drachten weer gestart. Het oefenprogramma is bedoeld voor ouderen met een verhoogd valrisico en richt zich op het verbeteren van spierkracht, balans en beweging. Hoewel het programma in groepsverband wordt aangeboden, traint iedere deelnemer op zijn of haar eigen niveau. Het Otago oefenprogramma duurt 12 weken. Deelnemers trainen een of twee keer per week onder begeleiding van een hiervoor speciaal opgeleide fysiotherapeut. Daarnaast krijgen zij oefeningen mee om zelfstandig thuis te doen.

In Smallerland werken de gemeente, huisartsen en verschillende fysiotherapiepraktijken, waaronder Fitaal, samen om valpreventie voor ouderen mogelijk te maken. Vanuit deze ketenafspraken wordt het groepsprogramma Otago bij Fitaal Drachten door de gemeente vergoed.

Sportspreekuur Fitaal Drachten

Fitaal organiseert vanuit de samenwerking met diverse sportverenigingen in Drachten en omgeving iedere maandagmiddag en -avond een gratis sportspreekuur voor leden van aangesloten verenigingen. Tijdens het sportspreekuur voert een (sport)fysiotherapeut een eerste screening van de blessure uit en geeft advies voor een passende vervolgstap.

Aanmelden kan via sportspreekuur@fitaal.nl of telefonisch via (0512) 54 11 58.

De volgende nieuwsbrief verschijnt in januari 2027

Fitaal Drachten

Telefoon: (0512) 54 11 58

E-mail: drachten@fitaal.nl

Fitaal De Sportlaan

Sportlaan 1a

9203 NV Drachten

Fitaal De Hemmen

De Hemmen 10-c

9206 AG Drachten

Fitaal De Morra

Morra 41

9204 KT Drachten

Raadpleeg onze website voor meer informatie over de verschillende locaties: www.fitaal.nl.

Fitaal is aangesloten bij de onderstaande organisaties:

- Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie (KNGF)
- Stichting Keurmerk Fysiotherapie (SKF)
- Nederlandse Vereniging voor Manuele Therapie (NVMT)
- Nederlandse Vereniging voor Kinderfysiotherapie (NVFK)
- Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie in de Sportgezondheidszorg (NVFS)
- Netwerk Oncologie Fysiotherapeuten Friesland (NOFF)
- Friese Coöperatie Fysiotherapie (FCF)
- Chronisch ZorgNet
- Schoudernet Noord
- ParkinsonNet



Fitaal De Sportlaan



[fitaal_drachten](https://www.instagram.com/fitaal_drachten)

samen zorgen voor beweging