

Beweegplan 1

Vul dit samen met uw leefstijladviseur of uw fysiotherapeut in.

Vanaf datum: _____

| OMSCHRIJVING ACTIVITEIT | HOE VAAK PER WEEK | HOE LANG PER KEER | INTENSITEIT |
|-------------------------|-------------------|-------------------|-------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

UW OPMERKINGEN:

OPMERKINGEN VAN DE LEEFSTIJLADVISEUR:

OPMERKINGEN VAN DE FYSIOTHERAPEUT:
