



STUDIEDAG VOOR
fysiotherapeuten

BLESSURE- BELEID

**BIJ KRACHT-
EN VECHTSporten**

DEZE KICK MAG JE NIET MISSEN!

DONDERDAG
8 JUNI 2023

AFAS Experience Center en
Theo Meijer Sport, Leusden

AANMELDEN OP
WWW.MARKTWO.NL

BLESSURE- BELEID

BIJ KRACHT- EN VECHTSPORTEN



Daar hangen ze ineens. In de touwen van je fysio- of fitnessruimte. Als sporter kun je nogal wat blessures oplopen. Spier- en skeletletsel, zoals een botbreuk of een gescheurde pees. Soms ontstaan blessures plotseling, vanuit een botsing of verdraaiing. En talloze letsels sluipen erin door slechte trainingsgewoonten of slecht materiaal.

Bij kracht- en vechtsporten liggen de pijntoleranties hoger. De casuïstiek is specifiek. Maar preventie en behandeling... waar begin je? Mirwais Mehrab merkt dagelijks waar theorie en praktijk schuren. Als sportarts in opleiding, drievoudig Nederlands kampioen gewichtheffen, CrossFit-specialist én medisch adviseur van de bond delen hij en zijn collega-docenten op donderdag 8 juni a.s. met jou de fijne kneepjes van kracht- en vechtsportblessures.

Samen stappen we in de ring bij het AFAS Experience Center in Leusden. Hier behandelen we de veelvoorkomende blessures bij kracht- en vechtsporten. Stopwatch op 15.00 uur. Dan klinkt de bel en steken we over naar Theo Meijer Sport (Theo, voormalig judoka, behaalde Olympisch brons in 1992). Op de tatami en in het krachthonk krijgen we een serie demonstraties. Hoe ontstaan de meest voorkomende blessures en hoe behandelen we die? Aansluitend heffen we dan nog maar één ding: het glas!

Met collegiale groet,

DAGVOORZITTERS:

Mirwais Mehrab, sportarts in opleiding en meervoudig Nederlands Kampioen Gewichtheffen

Lianne van Ruitenbeek, sportfysiotherapeut en manueel therapeut bij K.N.V.B.

PROGRAMMA

08.30 uur **Ontvangst, registratie en koffie**

09.00 uur **Welkom en korte toelichting op het programma**

DAGVOORZITTERS: Mirwais Mehrab, sportarts in opleiding enmeervoudig Nederlands Kampioen Gewichtheffen en Lianne van Ruitenbeek, sportfysiotherapeut en manueel therapeut bij K.N.V.B.

09.15 uur **CROSSFIT**

Mirwais Mehrab en Lianne van Ruitenbeek

10.00 uur **KARATE**

Rick Hogervorst, fysiotherapeut bij Fysiofabriek

10.45 uur **PAUZE**

11.15 uur **GEWICHTHEFFEN**

Mirwais Mehrab en Lianne van Ruitenbeek

12.00 uur **JUDO**

Marieke van Hunen, fysiotherapeut bij Sport Medisch Centrum Papendal

12.45 uur **LUNCH**

13.30 uur **TAEKWONDO**

Prashant Komdeur, sportarts bij VieCuri Medisch Centrum

14.15 uur **THAIBOKSEN, KICKBOKSEN, BOKSEN**

Soeresh Bhatoe, ringarts (ovb)

15.00 uur **PAUZE (te voet van AFAS naar Theo Meijer Sport)**

15.30 uur **KRACHT- EN VECHTSPOORT DEMONSTRATIE CARROUSEL**

bij Theo Meijer Sport;

Judo | Taekwondo | Boksen en Kickboksen | Gewichtheffen

17.00 uur **Drankje en napraten bij Theo Meijer Sport**

ALGEMENE INFORMATIE



Voor wie is deze dag?

Deze studiedag is bedoeld voor fysiotherapeuten maar is ook open gesteld voor fitness instructeurs en personal trainers op het gebied van kracht- en vechtsporten.

Waar en wanneer?

Op donderdag 8 juni 2023 in AFAS Experience Center en Theo Meijer Sport, Leusden.

Accreditatie

Er wordt accreditatie aangevraagd bij het Kwaliteitshuis Fysiotherapie (registers Algemeen en Sport).

Wat kost het?

De kosten voor deelname aan deze studiedag bedragen € 285.

Mark Two Academy is als geregistreerde instelling voor kort beroepsonderwijs vrijgesteld van BTW.

Hoe meld ik me aan?

U kunt zich aanmelden op de website www.marktwo.nl.

Stel dat ik moet afzeggen?

Annulering dient schriftelijk (per email) aan ons gemeld te worden. In geval van annulering tot uiterlijk 4 weken voor de datum van de studiedag wordt € 50 in rekening gebracht. Bij annuleren binnen 4 weken voor de cursusdatum wordt het volledige cursusbedrag in rekening gebracht. De deelnemer kan zich bij verhindering wel kosteloos laten vervangen door een collega. Neem daarvoor contact op met ons secretariaat: info@marktwo.nl. Onze annuleringsvoorwaarden staan op de website www.marktwo.nl.

Contact met de organisatie?

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met organisatiebureau Mark Two Academy: tel.nr. 033-4345730, email info@marktwo.nl.



**AANMELDEN OP
WWW.MARKTWO.NL**