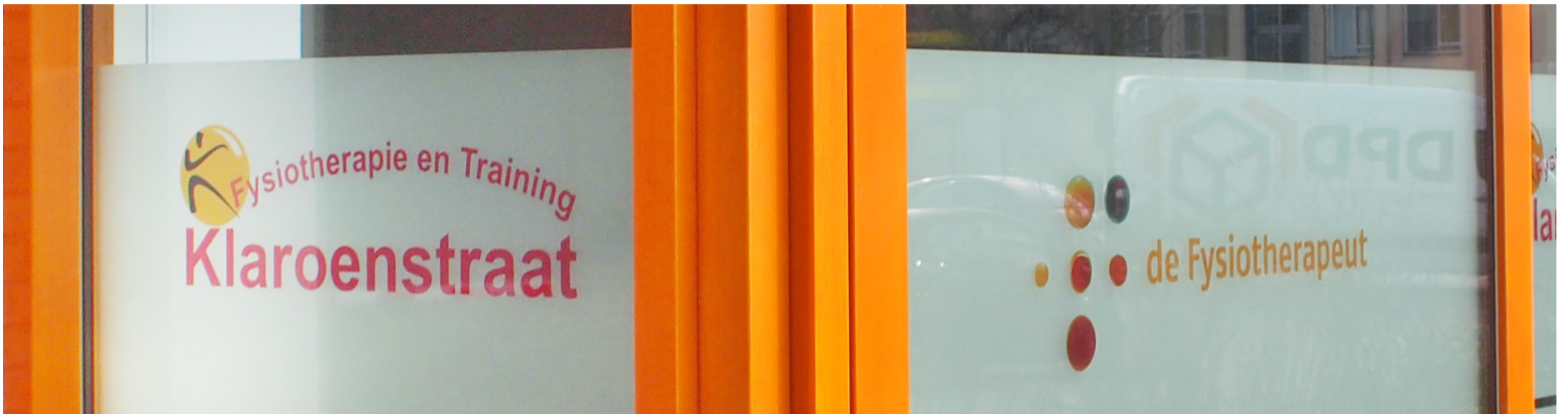


FYSIOTHERAPIE EN TRAINING KLAROENSTRAAT



Moderne fysiotherapie gaat veel verder dan het bestrijden van de symptomen. 'Pas als je de oorzaak te pakken hebt, kun je de klacht aanpakken,' zegt Petrica Balbaie van Fysiotherapie en Training Klaroenstraat. 'Ik help mensen fitter te worden. Dan heeft m'n fysio-behandeling het meeste effect en voelen ze zich veel fijner.'



De praktijk Fysiotherapie en Training Klaroenstraat zit onderin de nieuwbouwflat aan de gelijknamige straat. Veel mensen kennen de praktijk al van het voorbijgaan. In de wijk wonen veel senioren, die erg happy zijn met hun eigen buurtfysiotherapeut. De praktijk trekt overigens cliënten uit de wijdere omgeving: tevreden klanten zijn nu eenmaal je beste reclame.

OOK VOOR ATLETEN

Petrica Balbaie is een groot sportliefhebber en heeft veel ervaring als atleettrainer. Hij krijgt dan ook veel atleten in zijn praktijk. 'Bij atleten is de insteek anders dan bij mijn overige cliënten.

Als iemand knieproblemen heeft zou je kunnen zeggen: stop met hardlopen. Maar tegen een atleet zeg je dat alleen in het uiterste geval.

Je zoekt altijd eerst naar oplossingen die het mogelijk maken z'n sport te blijven beoefenen.' Zijn trainersachtergrond komt Petrica goed van pas bij zijn fysio-werkzaamheden. 'Ik wil niet alleen een klacht verhelpen, ik wil ervoor zorgen dat mensen hun lichaam optimaal gebruiken. Daarbij rekening houdend met wat ze zelf kunnen. En wat ze zelf willen natuurlijk, want uiteindelijk bepaalt de cliënt wat er gebeurt.'

TRAININGSGROEPEN

In de trainingsruimten van de praktijk staan uiteenlopende trainings-, fitness- en cardio-apparaten opgesteld. Verder is er een keur aan trainingsmaterialen, die worden gebruikt bij individuele begeleiding, maar ook bij de groepstrainingen die Petrica geeft. Hij legt uit: 'Ik heb nu drie trainingsgroepen.

Ik werk het liefst met kleine groepen, maximaal zes perso-

nen, zodat ik iedereen individueel kan begeleiden. Straks, als de temperaturen weer omhoog gaan, trainen we ook buiten. Niet op het veldje hier voor de deur, maar lekker rustig in een parkje dichtbij.'

GEZONDER LEVEN, VITALER WORDEN

Bij z'n fysiotherapie-behandelingen kijkt Petrica veel verder dan naar de klacht alleen. Dat merk je al direct als je met hem praat. Hij luistert erg goed en is écht in je geïnteresseerd. 'In de ouderwetse fysiotherapie richt je je op de plek van de klacht en ga je daar behandelen.

Ik ga verder. Ik ga op zoek naar de diepere oorzaken. Ik kijk hoe iemand in het leven staat,' verklaart Petrica zijn aanpak. 'Pas als iemand positief tegen de dingen aankijkt kom je verder met behandelen. Verder kijk ik hoe iemand leeft. Hoe is het met de voeding, en hoeveel doet hij

of zij aan beweging.' Petrica is gespecialiseerd in integrale leefstijlcoaching. Het uitgangspunt daarbij is de samenhang tussen het fysieke, sociaal-emotionele, het spirituele én het mentale.

'De sleutel tot een gezonder lichaam en meer vitaliteit hebben mensen altijd zelf in handen, maar ik leer ze die sleutel te vinden en te gebruiken. En juist door de persoonlijke begeleiding en het individuele trainingsprogramma boeken de mensen vlot vooruitgang.

Al heel snel voelen ze zich een stuk beter, en dat motiveert om door te gaan. Mijn motto is niet voor niets: Leven is bewegen. Ik zorg altijd voor een individuele aanpak, waar je je als cliënt goed bij voelt'.

