

## ***Runningtherapie werkt preventief en als behandelvorm***

*Runningtherapie & bewegingstherapie is het inzetten van een runningtherapie programma of beweegprogramma, exercise, ter verbetering van de algemene fitheid. Met runningtherapie en bewegingstherapie wordt het algemeen welbevinden positief gestimuleerd.*

*Runningtherapie, bewegingstherapie vormt soms een overgangsfase tussen niet meer sporten en het op regelmatige basis gezond kunnen bewegen (en/of sporten).*

[\*Ook op Facebook! Like us of volg ons!\*](#)

**Runningtherapie een top therapie vorm!**