

Zelf oefenen met PhysiApp

Oefenen waar en wanneer u wilt

Revalideren betekent veel oefenen. Oefenen van zowel lichamelijke als mentale vaardigheden. Hoe meer u oefent, vooral in de eerste fase van uw revalidatie, hoe beter u herstelt. Oefenen doet u bij ons in het revalidatiecentrum samen met uw behandelaars maar kunt u ook zelf doen met behulp van apps op de computer, tablet of telefoon. Hieronder leest u hoe u de oefenapp Physiapp van Physitrack installeert en in gebruik neemt.

➔ PhysiApp

PhysiApp installeren op een mobiele telefoon en inloggen

Stap 1. Ga naar de app-winkel op uw telefoon



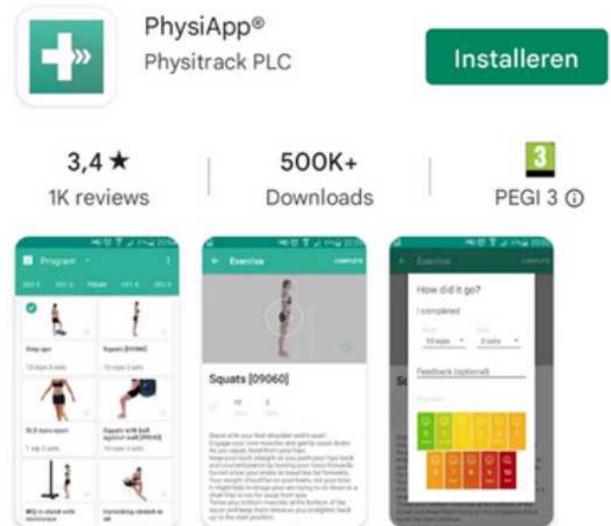
(bijvoorbeeld de App Store of de Play Store) en zoek op 'PhysiApp' in de zoekbalk.

Of scan onderstaande QR-code

Voor Apple/iOS:



Voor Android:



Stap 2. Klik op 'Installeren'.

Stap 3. U voert uw toegangscode en geboortjaar in. De toegangscode heeft u per e-mail ontvangen van uw behandelaar. Nu ziet u uw persoonlijke oefenprogramma.

PhysiApp opstarten op een computer

Stap 1. Open uw browser.

Stap 2. Ga naar www.nl.physiapp.com.

Stap 3. U voert uw toegangscode en geboortjaar in. De toegangscode heeft u per e-mail ontvangen van uw behandelaar. Nu ziet u uw persoonlijke oefenprogramma.

Voer hier de ontvangen toegangscode in

Geboortjaar

Ga naar programma

Nederlands

