

verhoogt je sportplezier

Verantwoord sporten verhoogt je sportplezier, want het verkleint je kans op blessures of andere ongemakken.

Maar hoe kun je verantwoord sporten?

Wat is het beste trainingsschema voor jou? Hoe voorkom of verzorg je blessures? Moet je op je voeding letten? En is er een keuringscentrum in je buurt?

Eén antwoord: www.gezondsporten.be.

Deze nieuwe website van de Vlaamse overheid geeft gratis een deskundig antwoord op al je sportvragen. Surf er snel naartoe. Het kan je sportplezier alleen maar verhogen.

www.gezondsporten.be



www.gezondsporten.be

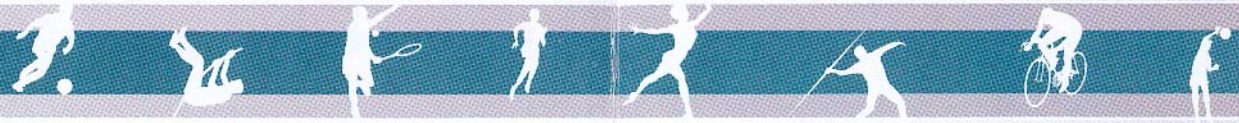
- blessures
- training
- voeding
- verzorging
- reglementering



Informatie van de Vlaamse overheid



Informatie van de Vlaamse overheid



Eén informatiepunt

Alle aspecten van gezond sporten komen aan bod op de site: training, voeding, blessures, medicatie, regelgeving en beleidskwesties. Vanaf nu is er dus één centraal informatiepunt voor al deze thema's. Zo wordt je snel duidelijk hoe je het meeste sportplezier kunt beleven.

Degelijk en deskundig

Op de site krijg je informatie van deskundigen zoals sportartsen, professoren en ervaren trainers. Kortom, allemaal experts die met kennis van zaken spreken. Op www.gezondsporten.be vind je dus geen praatjes of halve waarheden, maar deskundig advies waarop je kunt vertrouwen. Dat garanderen wij.

Persoonlijk advies

Onze specialisten proberen op de site al je vragen te beantwoorden. Zijn er toch nog zaken onduidelijk? Of heb je een specifieke vraag waar

je geen antwoord op vindt? Geen probleem, want je kunt je vragen mailen naar onze specialisten.

Gratis

De site www.gezondsporten.be is helemaal gratis. Je betaalt geen inschrijvingsgeld en we bestoken je ook niet met reclame. Ons enige doel is iedereen de mogelijkheid te geven om prettig en verantwoord te sporten.

Nieuwsbrief

Op onze website kun je je ook abonneren op een elektronische nieuwsbrief. Die houdt je op de hoogte van alle ontwikkelingen in verband met gezond sporten. Zo mis je nooit meer belangrijke informatie.

Neem een kijkje op onze website

GEZOND SPORTEN
Een initiatief van de Vlaamse Overheid

/ Home

Home	Beste sportliefhebber,
Tips om gezond te sporten	Welkom op de gezond sporten-website, een initiatief van de Vlaamse Overheid. We hopen dat u hier meer plezier te laten beleven aan het beoefenen van uw favoriete sport(en).
Training	Bedoeling van deze website is dat elke sporter, van recreant tot topsporter, begeleidingsorganisaties, sportverenigingen, sportfederaties, ... via deze website kunnen vinden over training, blessures, hoe deze blessures veroorzaken en hoe ze te voorkomen.
Preventie	Ook nuttige informatie over sportmedische keuring en erkende keuringsartsen vindt u hier terug.
Blessures	Heb je meer specifieke vragen over een "gezond sporten"-onderwerp waarvan het antwoord niet direct terugvindt? Mail het ons, wij doen ons best om het antwoord te bezorgen!
EHBSO	Wens je op de hoogte gehouden te worden van allerlei nieuwtjes over gezond sporten? Schrijf je dan zeker in op onze nieuwsbrief!
Voeding	Tot slot willen wij u nog vertellen dat deze site regelmatig aangevuld wordt met nieuwe informatie. Het is niet mogelijk om deze informatie te bundelen. Toch doen wij ons uiterste best deze site van nieuwe inhoud!!
Sport en...	Veel surf- en sportplezier!

Nieuws Beleid Regelgeving Sportmedische keuring Bestellen

Copyright © 2002 Ministerie van de Vlaamse Gezondheidszorg