



“Rebuild your brain” in het Jelle van Gorkom Trainingscentrum

Jelle van Gorkom won als BMX'er in 2016 een zilveren medaille op de Olympische Spelen. Een harde val op diezelfde BMX-baan in 2018 veranderde zijn leven. Hij werd een 'expert' in revalideren. Zijn zoektocht naar verbetering bracht hem naar diverse revalidatiecentra in binnen- en buitenland. Telkens eindigend met de boodschap:

“Je bent uit gerevalideerd”.

Een term waar Jelle niet mee kon - en nog steeds niet kan - leven. Je kunt altijd verbeteren. “Als je maar goed traint.” Daarmee is het idee van het JvG Trainingscentrum geboren. Wij gaan verder waar de zorg stopt. We kijken naar jouw individuele mogelijkheden en persoonlijke behoeften. We zoeken je fysieke en cognitieve grenzen op. Een intensief fysiek trainingsprogramma, gecombineerd met cognitieve oefeningen én ontspanning (yoga, massage) staan garant voor een nieuw ontwikkeltraject.

Tijdens het traject is ook aandacht voor terugkeer naar school, vrijwillig- of betaald werk.

Het programma



- 2 dagen per week
- 4 maanden (mrt-jun|sep-dec)
- Fysieke trainingen
- Cognitieve trainingen
- Mentale begeleiding
- Lifestyle coaching
- Persoonlijk geluk
- Ontspanning
- Werken in groepsverband
- Ervaringsdeskundigheid

Nazorg



Na 4 maanden stopt het niet. Naast terugkomdagen brengen we je omgeving in kaart en regelen we dat je in jouw eigen omgeving door kunt blijven gaan met verbeteren.

Omgeving



NAH krijg je niet alleen. Het heeft invloed op je hele omgeving. Wij betrekken je naasten tijdens én na het traject bij jouw persoonlijke herstel, zodat jullie samen verder kunnen komen.

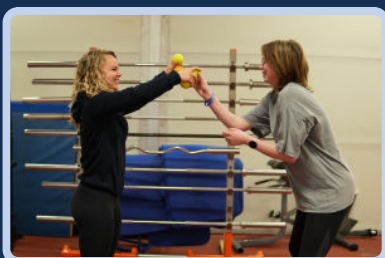


Team van professionals

Personal trainers
Fysiotherapeuten
Cognitief fitness trainers
Yoga docent
Masseurs
Psychomotorisch therapeut

Mental coach
Voedingsdeskundige
Slaapexpert
Arbeidsdeskundige
(Ervarings-)vrijwilligers

Meld je aan



www.jvgtrainingscentrum.nl



info@jvgtrainingscentrum.nl



06 51 20 22 44

