

The logo for Gymna, featuring the word "gymna" in a bold, lowercase, sans-serif font. The letter "y" is stylized with a red underline that extends to the right. The background of the entire page is a photograph of a gym interior with large windows and exercise equipment.

***gymna***

# PRAKTIJKINRICHTING DIE WÉRKT

10 tips voor een efficiënte en  
professionele kinesitherapiepraktijk

WHITEPAPER

GYMNA NV

3 showrooms:

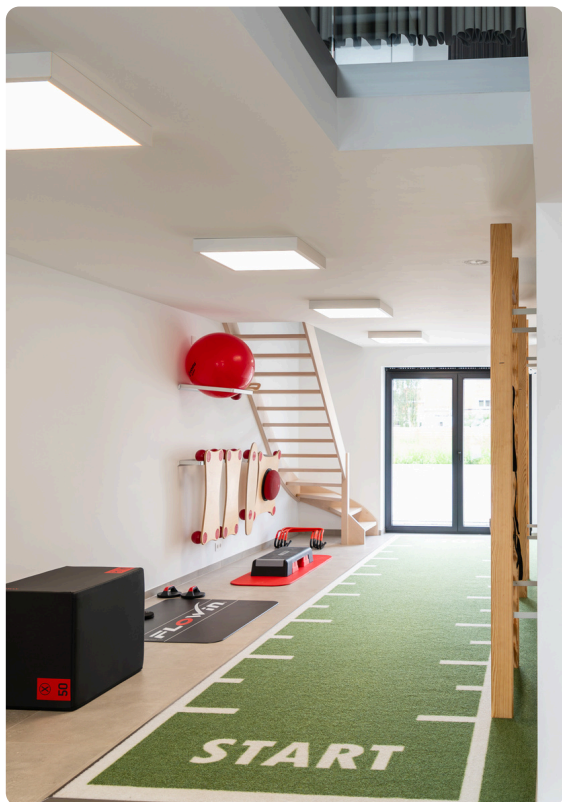
Diepenbeek, Gent & Brussel

089 / 510 550

[info@gymna-barthels.be](mailto:info@gymna-barthels.be)

[www.gymna.be](http://www.gymna.be)

# INLEIDING



Praktijk 't Eiland

Bent u een nieuwe praktijkruimte aan het inrichten? Dan weet u: elke vierkante meter telt. Een goed ontwerp ondersteunt uw manier van werken, creëert rust voor uw patiënten én straalt professionaliteit uit.

Bij Gymna kijken we verder dan behandeltafels en toestellen. Wij denken mee over de volledige praktijkinrichting, van vloer tot verlichting.

In deze whitepaper delen we 10 slimme tips die vaak over het hoofd worden gezien, maar essentieel zijn voor een praktijk die echt wérkt. We focussen op 3 onderdelen: de behandelruimte, de oefenzaal en de algemene inrichting.



# BEHANDELRUIMTE

*Met expertise van Gymna, uw partner voor ergonomische behandeloplossingen.*

Een efficiënte behandelruimte draait om comfort, bewegingsvrijheid en een professionele uitstraling. De juiste inrichting ondersteunt uw manier van werken en verhoogt het vertrouwen van uw patiënten.

## 1. VOORZIE VOLDOENDE WERKRUIMTE

Om ergonomisch en comfortabel rond uw behandeltafel te werken, voorziet u best minimaal 2,5 m x 3,5 m vrije ruimte, exclusief bureau of lavabo. Gebruikt u de ruimte ook voor anamnese- of intakegesprekken? Voorzie dan minstens 2,5 m x 4,5 m.

Wilt u een lavabo voorzien? Zeker wanneer u werkt met massagemelk of sondes (bijvoorbeeld bij bekkenbodetherapie), is dit geen overbodige luxe. Het verhoogt de hygiëne en laat u sneller schakelen tussen patiënten.

Let ook op praktische details. Een netsnoer dat rondslingert, is storend en gevaarlijk. Werk daarom met een vlak vloerstopcontact op de exacte locatie van de behandeltafel. Het oogt netter en voorkomt struikelgevaar.

Tot slot: anatomiemodellen of -posters zijn niet enkel educatief, maar versterken ook de betrouwbaarheid. Ze maken de uitleg van de therapie visueel en begrijpelijk.

## 2. KIES VOOR KWALITATIEF EN ERGONOMISCH MATERIAAL

De behandeltafel is het hart van uw werkruimte. Kies daarom voor duurzame kwaliteit waarop u blind vertrouwt. Een hoogwaardige Gymna-behandeltafel gaat immers makkelijk 15 tot 20 jaar mee.

Investeer in extra opties zoals versmallingssteunen, een hoofdsteun met gezichtsopening, elektrische hoogteverstelling of een wielensysteem. Ze verbeteren uw ergonomie én het comfort van uw patiënten.

# OEFENZAAL

*Gymna begeleidt u bij de inrichting en uitrusting van een moderne oefenruimte.*

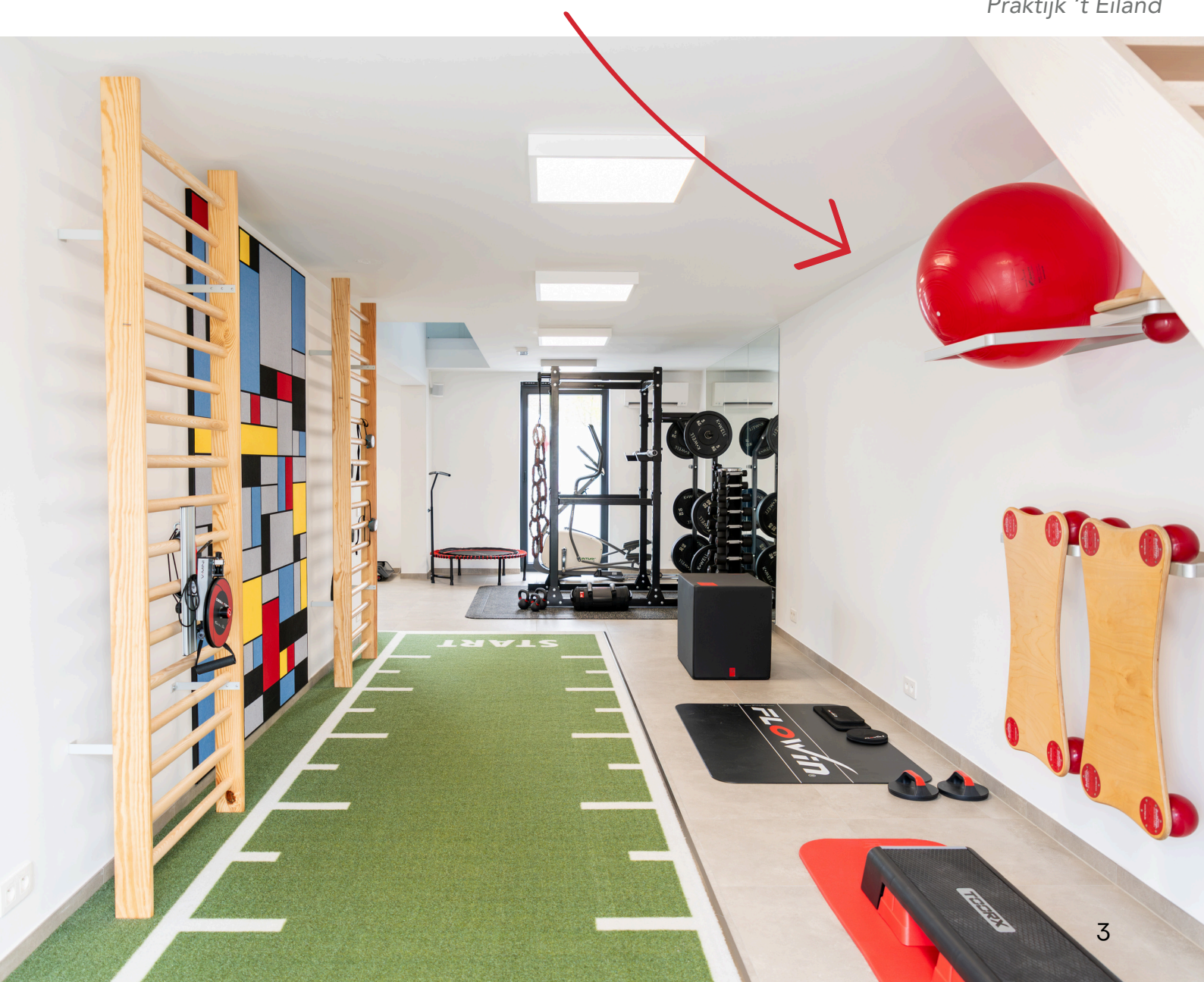
Een doordacht ingerichte oefenzaal biedt voldoende ruimte en flexibiliteit. Ze moet aangepast zijn aan het type therapie dat u aanbiedt én klaar zijn voor de toekomst.

## 3. DENK SLIM OVER OPBERGRUIMTE

Oefenballen, matten, BOSU's ... Ze vragen ruimte. Voorzie een vlot toegankelijke bergruimte vanuit de oefenzaal of werk met modulaire designoplossingen zoals wandrekken of elastische opbergsystemen. Zo blijft uw zaal ordelijk, overzichtelijk en professioneel.

Ontdek bijvoorbeeld het handige Qines Qlick-opbergstelsel.

Praktijk 't Eiland



## 4. BEPAAL HET JUISTE VLOEROPPERVLAK

De grootte van de oefenzaal is cruciaal en hangt af van het type therapie dat u aanbiedt. Hieronder enkele richtlijnen voor een basisuitrusting en eventuele uitbreidingen:

 TOESTEL/ZONE

 AANBEVOLEN OPPERVLAKTE

---

Loopband + fiets + roeier	10 - 15 m <sup>2</sup>
Sportraam + trekapparaat	8 m <sup>2</sup>
Vrije oefenruimte (per patiënt)	10 m <sup>2</sup>
Sprinttrack	12 - 20 m <sup>2</sup>
Half rack + gewichten	min. 10 m <sup>2</sup>
Groepsleszone	30 - 40 m <sup>2</sup>

Idealiter heeft u een oefenzaal van minimaal 40 m<sup>2</sup> voor een moderne, actieve revalidatiepraktijk die 2 à 3 therapeuten of patiënten gelijktijdig gebruiken. Een grotere of kleinere ruimte? Daar gaan we creatief mee aan de slag.



## 5. KIES FUNCTIONELE EN VEELZIJDIGE VLOEREN

Een goed gekozen vloer ondersteunt elke beweging én bepaalt mee de sfeer.

- **Rubberen tegels:** ideaal voor gewichtenzones
- **Sprinttrack:** perfect voor loop-, sledge- of reactietraining
- **Vinylvloeren:** strak, onderhoudsvriendelijk en geschikt voor cardio en functionele oefeningen

**Tip:** gebruik vinyl als onderlaag en plaats rubber of sprinttrack erbovenop. Zo blijft de indeling aanpasbaar in functie van toekomstige noden.

## 6. VERSTEVIG DE GYPROCWANDEN

Wilt u toestellen zoals een sportraam of trekapparaat ophangen? Dan is een gewone gyprocwand niet voldoende.

Voorzie lokale verstevigingen met OSB of multiplex achter de gyproc, bij voorkeur voor alle muren in de oefenzaal.

Laat dit opnemen in het bouwplan zodat de aannemer het correct kan uitvoeren.

Onze specialisten adviseren u graag over de uitrusting, vloerkeuze en indeling van uw oefenzaal.



# ALGEMENE INRICHTING

*In samenwerking met Architime, zusterbedrijf van Gymna voor volledige praktijkinrichting.*

De algemene inrichting van uw praktijk is minstens even belangrijk als de technische uitrusting. Ze zorgt voor rust, privacy, comfort en herkenbaarheid. Samen met Architime begeleiden we u in elk detail.

## 7. ZORG VOOR OPTIMALE VERLICHTING EN LICHTINVAL

Licht bepaalt de sfeer en het energiegevoel in uw praktijk.

- **Grote ramen** brengen daglicht binnen
- **Dimbare ledverlichting** laat u schakelen tussen functioneel en rustgevend licht
- **Indirecte verlichting** of wandpanelen zorgen voor sfeer, zonder te verblinden

## 8. BESTEED AANDACHT AAN AKOESTIEK

Geluidsbeleving is een vaak onderschat element in een praktijkomgeving. Een ruimte met harde vloeren, veel glas of sportmateriaal kan snel akoestisch onaangenaam worden. Dat vermindert zowel de concentratie als het comfort van uw patiënt.

Werk daarom met akoestische panelen, geluidsabsorberende wandbekleding of een verlaagd akoestisch plafond. In behandelruimtes raden we akoestische deuren met valdorpel aan, eventueel aangevuld met rubbers in de aanslaglatten. Zo blijft omgevingsgeluid beperkt en zijn vertrouwelijke gesprekken tussen therapeut en patiënt beter beschermd.

## 9. CREËER DUIDELIJKE ZONES VOOR PRIVACY EN FLOW

Een logische praktijkindeling ondersteunt de rust en efficiëntie.

- Scheid wachtzaal, behandelruimtes en oefenzaal duidelijk
- Voorkom dat patiënten door de oefenzaal moeten om ergens te geraken
- Visuele afscheidingen (zoals planten, glas met folie, houten latwerk ...) zorgen voor een open, maar rustige sfeer

## 10. VERSTERK DE BELEVING

Uw praktijk is uw visitekaartje. Kies bewust voor:

- Natuurlijke materialen zoals hout en planten
- Rustige kleuren en prints
- Een consistente stijl in elke ruimte, van inkom tot oefenzaal
- Subtiele branding met uw logo en huisstijlkleuren

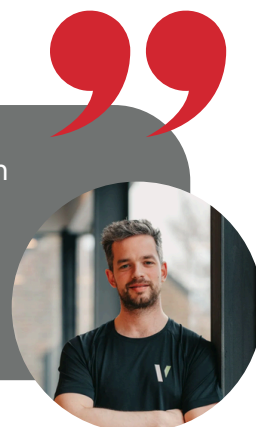


# TOT SLOT

Een slimme praktijkinrichting ondersteunt uw werk, verhoogt het comfort voor uw patiënten en straalt vertrouwen uit. Gymna begeleidt u met professioneel advies en duurzame producten, van behandelruimte tot oefenzaal. Zo tillen we uw praktijk naar een hoger niveau.

“Bij Gymna vind ik alles: van sportvloeren tot tafels, over cardio en functionele training, tot en met verbruiksartikelen.”

Niels Minten, Kinepraktijk Vitaal, Hasselt



Praktijk Vitaal



# PRAKTIJKINRICHTING VAN A TOT Z

Wilt u uw plannen bespreken of advies op maat ontvangen?

Neem contact op voor een vrijblijvend gesprek in een van onze showrooms. Samen creëren we een praktijk die werkt.

[Maak een afspraak](#)


**Gymna nv**

089 510 550

[info@gymna-barthels.be](mailto:info@gymna-barthels.be)

 **Inspiratieworkshop & hoofdzetel Diepenbeek**  
Groeningenweg 19  
3590 Diepenbeek

 **Inspiratieworkshop Brussel**  
Imperiastraat 16 A  
1930 Zaventem

 **Inspiratieworkshop Gent**  
Jan Samijnstraat 23  
9050 Gentbrugge

