



World  
PT Day  
2024



# BEWEGEN EN LAGE RUGPIJN



Je rug wordt gezonder door  
beweging.



Bewegen kan voorkomen dat lage rugpijn terugkeert en is een van de meest nuttige behandelingen voor lage rugpijn. De ene vorm van bewegen is niet beter dan de andere vorm van bewegen.

Werk samen met je  
fysiotherapeut om een vorm  
van bewegen te vinden die je  
leuk vindt.



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay

8 September

[www.world.physio/wptday](http://www.world.physio/wptday)