



Sint Maartenskliniek

Compact Gait

De Compact Gait is een trainingsopstelling waarbij u op een loopband loopt met een parachuteharnas. Door de gewichtsondersteuning, kunt u met veel minder compensatie en een betere spierspanning het lopen trainen.

Voor wie?

De Compact Gait is bruikbaar voor zowel volwassenen als kinderen met uiteenlopende diagnoses, zowel neurologisch als orthopedisch. Op de Compact Gait kunt u oefenen op de loopband terwijl uw gewicht (deels) ondersteund wordt door een harnas. Training met de Compact Gait gebeurt altijd in combinatie met andere therapieën die gericht zijn op verbetering van uw loopfunctie.

Hoe bereidt u zich voor?

Er is geen speciale voorbereiding nodig. U kunt het beste gemakkelijk zittende kleding en goed sluitende schoenen dragen.

Wat gaan we doen?

Bij aanvang van de training krijgt u een soort parachuteharnas aan. Deze ondersteunt uw lichaamsgewicht. Daarna stapt u op een loopband en zoekt u samen met de fysiotherapeut naar een optimale combinatie tussen de mate van gewichtsondersteuning, loopsnelheid en mate van ondersteuning die de fysiotherapeut u kan geven bij het uitvoeren van de loopbeweging. Gedurende de training werkt u aan de vermindering van de ondersteuning, de verhoging van uw loopsnelheid en de vermindering van hulp van de fysiotherapeut. De training duurt een half uur. Met name bij de eerste trainingen is er tussendoor een pauze.

Wat levert het op?

Door te trainen met de Compact Gait leert u te lopen met veel minder compensatie en een betere spierspanning. Ook verbetert u uw loopritme.

