

# JULI: DE TUINSLANG



Positie: Staand



1 deelnemer

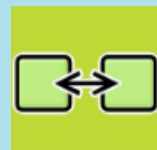
Lopen in alle richtingen. Voeten uit elkaar plaatsen en deze houding handhaven

## Spelregels

De cliënt stopt de lekkages door met zijn ene voet op de ene lekkage te gaan staan en met de andere voet op de andere lekkage. Elk gestopte lekkage levert 1 punt op.

## Tips voor de oefening

1 - Stel in welke voetplaatsingen (horizontaal, verticaal, diagonaal) er getraind worden tijdens de oefening. Bij het instellen van de voetplaatsingen kan je ook kiezen voor 'ver horizontaal', 'ver verticaal' en 'ver diagonaal'.



2 - Deze oefening kijkt specifiek naar voetplaatsing. Dit maakt de oefening minder geschikt om met een rollator of looprek uit te voeren, omdat de hulpmiddelen het camerazicht kunnen verstoren.

## 💡 Balans

De oefening is geschikt om balans te trainen. Hiervoor kan je bijvoorbeeld gebruik maken van verschillende ondergronden voor balans. Een matje of een step zijn geschikt om hiervoor in te zetten. De therapeut bepaald of dit een geschikte toevoeging is voor een cliënt.

## 💡 Speelveld

Het speelveld van de oefening is aan te passen in het instellingenmenu. Als je het speelveld groter maakt, dan wordt de cliënt uitgedaagd om meer stappen te zetten. Mocht de beschikbare ruimte om te oefenen klein zijn dan kan het speelveld ook kleiner gemaakt worden.

## 💡 Attributen

Geef de cliënt een boodschappentas, paraplu of gieter om tijdens de oefening te gebruiken, zo wordt de oefening lastiger. Dit simuleert ook een meer typische ADL-situatie.

