

Die Herzgruppe Bad Säckingen

ist eine Abt. des
Turnverein 1881 eV. Bad Säckingen.

Sie wurde im Juni 1987, als Langzeit-Betreuung von Herzpatienten gegründet. Das Ziel ist die körperliche Leistungsfähigkeit, sowie die Geselligkeit in gleicher Weise zu fördern.

Die Herzgruppe gliedert sich in verschiedene Übungs - oder Trainingsgruppen.

Die Teilnahme in einer Gruppe erfordert eine beschwerdefreie Belastbarkeit bis zur 100 Wattstufe (von einem Arzt festgestellt und durch ein Belastungs-EKG dokumentiert.)

Es können aber auch Herzpatienten mit geringerer Leistungsfähigkeit teilnehmen.

Unsere Übungsabende umfassen Bewegungstraining mit Ausdauer-, Koordinations-, Beweglichkeits- und Krafttraining, sowie kleine Bewegungsspiele.

Im Anschluss an den Übungsabend ist die Möglichkeit eines gemütlichen Beisammenseins geboten.

Aufnahmeregelung:

Voraussetzung für die Aufnahme in die Herzgruppe ist das Zeugnis über eine ärztliche Voruntersuchung, aus dem das Ergebnis eines Belastungs - EKGs und die empfohlene Trainingsherzfrequenz hervorgeht.

Das Formular hierfür kann an unseren Trainingsabenden erhalten werden. Außerdem sind in den meisten Arztpraxen der Region die Formulare vorhanden.

Nach Ausstellung des ärztlichen Zeugnisses, sollte sich der Patient mit dem derzeitigen Vorstand in Verbindung setzen. Er wird dann über die genauen Aufnahme - Modalität (Beitrag, Rückerstattungs-möglichkeiten) informieren und in die Herzgruppe einführen.

Natürlich sind auch jederzeit unverbindliche Probebesuche möglich.

Leitung und Kontaktadresse:

1. Vorsitzender:

Leo Zimmermann
Zellerstr. 8 ,
79713 Bad Säckingen
Tel. 07761/4964

eMail: Zimmermann-Leo@web.de

Derzeit betreuende Ärzte:

Dr. Ludwig von Savigny
Dr. Lutz Sinn
Hochrheinklinik
79713 Bad Säckingen
Tel. 07761/8797
eMail: kardio.hochrhein@gmx.de

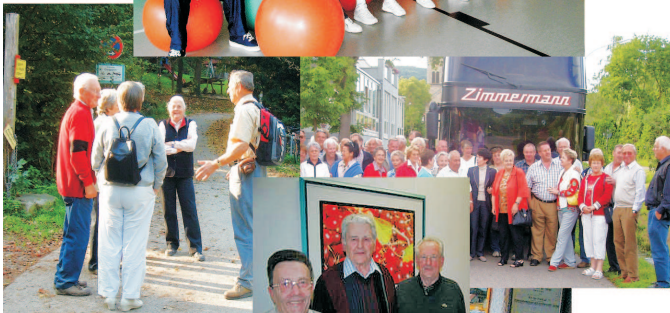
Dr. Dieter Meyer
Bandolstr. 30,
79664 Wehr

Dr. Norbert Walter
Schönaugasse 11
79713 Bad Säckingen

Dr. Joachim Marte
Bergseestr. 4
79713 Bad Säckingen

Dr. Straub, Wehr
Dr. Stadler, Bad Säckingen
Dr. Layher, Bad Säckingen

Wir unternehmen jährlich
eine Frühjahrswanderung,
eine Herbstwanderung,
einen Jahresausflug,
eine Weihnachtsfeier



Wir organisieren Vorträge
und bekommen Antworten
auf med. Fragen.

Unser Trainingsabend wird
jeden Dienstag mit verschiedenen
Leistungsgruppen durchgeführt.

In den Wintermonaten
um 20 -21,15 Uhr

In den Sommermonaten
um 19 - 20,15 Uhr

in der

**Tennishalle Dürerstrasse
79713 Bad Säckingen**

(gegenüber Weihermattschule)

Das Training findet
unter Leitung ausgebildeter
Übunsleiter-/Innen in Anwesenheit
eines Arztes statt.



**Herzgruppe
Bad Säckingen**

Im TV Bad Säckingen 1881 e.V.

Wir stellen uns vor