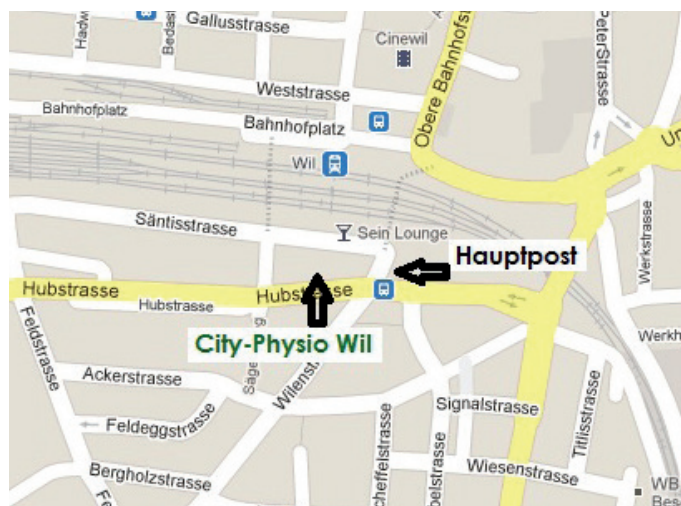




**Herzgruppe
Wil**

Wo wird trainiert?

City Physio Wil/ MFit
Hubstrasse 24
9500 Wil



Weitere Fragen?

Bitte melden Sie sich unter
der Nummer 071 525 30 88

FIT FÜRS LEBEN!



Eine Partnerorganisation der  Schweizerischen Herzstiftung

Warum gibt es Herzgruppen?

Um Herzpatienten ein aufbauendes Training mit Gleichgesinnten unter kompetenter, fachlicher Betreuung zu ermöglichen.

Wer kann mitmachen?

Männer und Frauen jeder Altersklasse, die Erkrankungen am Herz-Kreislauf-System haben.

Warum lohnt es sich mitzumachen?

In einer Gruppe von motivierten Menschen, die mit vergleichbaren Problemen konfrontiert sind, lässt sich ein für Herz und Kreislauf gesunder Lebensstil leichter verwirklichen.

Welche Ziele verfolgt die Herzgruppe Wil?

- weiterführende Betreuung nach der Rehabilitation
- Anbieten eines regelmässigen Herz-Kreislauf-Training
- Hilfe beim Verwirklichen eines gesunden Lebensstils
- Erfahrungsaustausch unter Herzpatienten
- Freude, Spass und Gemeinschaftlichkeit unter Gleichgesinnten

Lassen Sie sich bei einem unverbindlichen Schnuppertraining überzeugen!

Wie sieht das Programm aus?

- 1x/ wöchentlich: Gymnastik, Spiele, Aktivitäten draussen etc.
- 1x/ wöchentlich: Kraftausdauertraining

Wer hat die ärztliche Leitung?

herzteam wil
Dr. med. Raphael Koller
Dr. med. Werner Eugster
Fachärzte FMH für Kardiologie
Obere Bahnhofstr. 45
9500 Wil

Wer betreut die Gruppe?

Elizabeth Kubat
Dipl. Physiotherapeutin
Herztherapeutin SAKR

Palma Jost
Dipl. Physiotherapeutin
Herztherapeutin SAKR

Wann findet das Training statt?

(Bei genügend Anfragen Training an anderen Tagen möglich)

G1 Montag: 9.30–11.00 Uhr

G2 Dienstag: 17.30–19.00 Uhr

City Physio Wil • Hubstrasse 24 • 9500 Wil

Was kostet es?

½ Jahr CHF 490.- • 1 Jahr CHF 790.-

Wer bezahlt das Training?

Teilnehmer/innen
evtl. Kostenbeteiligung über die
Zusatzversicherung der Krankenkasse

Wie sieht es mit der Versicherung aus?

Die Versicherung (Unfall und Privathaftpflicht) ist Sache des Teilnehmers.
Die Herzgruppe lehnt jegliche Haftung ab.