Herzsportgruppe - Koronarsport

Hier treffen sich Menschen mit Herzerkrankungen, um zusammen unter der Anleitung einer besonders qualifizierten Übungsleiterin Rehabilitationssport nach Herz-Kreislauferkrankungen zu betreiben. Ziel ist, die Leistungsfähigkeit zu fördern und neuen Lebensmut zu schöpfen

In der Übungsstunde wird gemeinsam der individuelle Puls ermittelt und der Blutdruck gemessen.

Für den Notfall sind ein Notfallkoffer mit entsprechenden Medikamenten und ein Defibrillator in der Turnhalle, so dass eine schnelle Erstversorgung gewährleistet ist.
Vorraussetzung für die Teilnahme am Koronarsport ist die ärztliche Befürwortung.