



Herzsportgruppe Schaffhausen

Fitness für Herz, Lunge,
Gefässe und Stoffwechsel

Kantonsspital
Therapien

Fitness für Ihr Herz

Die Herzsportgruppe

Unser Bewegungsprogramm ist auf die Bedürfnisse von Herzpatientinnen und Herzpatienten abgestimmt. Aber auch Personen mit Lungenproblemen, Herzinsuffizienz, Diabetes oder Übergewicht sind herzlich willkommen, um mit aktivem Training ihr Herz zu stärken.

Das Training findet regelmässig unter Leitung einer Fachperson statt und bietet ein abwechslungsreiches Programm aller wichtigen Funktionen wie Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Entspannung.

Was sind Herzgruppen?

Einfach den QR-Code scannen:



Vorteile und Aufnahme

Vorteile einer Herzgruppe

- Fit und in Form durch regelmässige Bewegung
- Spass und Abwechslung
- Sicherheit durch kompetente Betreuung
- Erfahrungsaustausch und Motivation durch die Gruppe
- Gut informiert durch Aufklärung und Beratung
- Zusätzliches personalisiertes Training in der MTT möglich

Aufnahme in eine Herzgruppe

Ihr Gesundheitszustand sollte während mehrerer Wochen stabil sein.

Machen Sie mit.

Wir freuen uns auf Sie.

Angebot und Kosten

Für 6 Monate

Gruppe 1x/Woche CHF 400.–

Gruppe 1x/Woche CHF 630.–

und Nutzung MTT

(während der Öffnungszeiten)

Für 12 Monate

Gruppe 1x/Woche CHF 700.–

Gruppe 1x/Woche CHF 1020.–

und Nutzung MTT

(während der Öffnungszeiten)

Schnuppern ist jederzeit möglich.

Öffnungszeiten MTT

Mo. – Fr.: 7.00 – 20.00 Uhr

Sa.: 9.00 – 14.00 Uhr

An Sonn- und allgemeinen Feiertagen bleibt die Medizinische Trainingstherapie geschlossen.

Kosten

Es handelt sich um ein Selbstzahlerangebot. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse, ob diese sich an den Kosten beteiligt.

Wann und wo?

Kurszeit

Jeden Mittwoch

18.00 – 18.50 Uhr

Treffpunkt

Ambulatorium Therapien,
Gymnastikraum, Trakt F / 2. UG,
Kantonsspital Schaffhausen

Herzgruppenleitung

Herztherapeutin, Nicole Schiegg oder
Dipl. Physiotherapeuten / -innen

Ärztliche Leitung

Dr. med. Andreas Fischer,
Leitender Arzt Klinik für Innere Medizin und Kardiologie

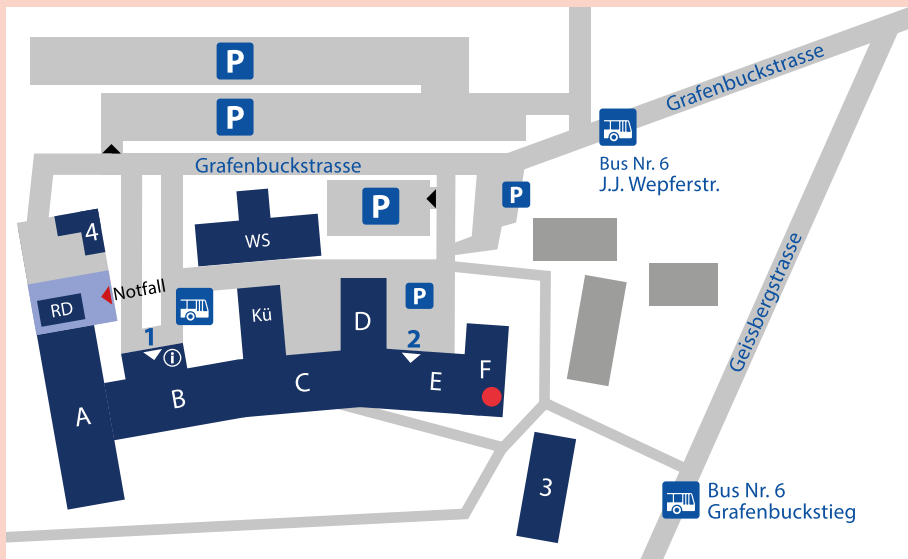
Anmeldung und Kontakt

Kantonsspital Schaffhausen
Medizinische Trainingstherapie (MTT)
Geissbergstrasse 81
8208 Schaffhausen

Telefon +41 52 634 25 28
mtt.physio@spitaeler-sh.ch
www.spitaeler-sh.ch



Kantonsspital Schaffhausen



- Ambulatorium Therapien
Gymnastikraum
Trakt F, 2. Untergeschoss

- 1 Haupteingang
- 2 alter Haupteingang
- 3 Verwaltungsgebäude
- 4 MTT
- A Behandlung A
- B Bettenhaus B
- C Bettenhaus C
- D Behandlung D
- E Bettenhaus E
- F Therapien

Spitäler Schaffhausen
Kantonsspital
Therapien
Geissbergstrasse 81
8208 Schaffhausen

Telefon +41 52 634 25 28
mtt.physio@spitaeler-sh.ch
www.spitaeler-sh.ch