

# Wie weiter nach der Reha?

Gesundheitszustand und Fitness  
verbessern mit den  
Herzgruppen Cottbus e. V.!

Die Herzsportgruppe ist eine ambulante Rehabilitationsmaßnahme nach einer akuten Herzerkrankung oder Herzoperation.

Hauptinhalt ist die 50 – 60-minütige Bewegungs- und Sporttherapie (inklusive Körperwahrnehmung und Entspannung) unter fachlicher Anleitung eines speziell ausgebildeten Übungsleiters und unter Anwesenheit eines betreuenden Arztes.

Unsere Trainingszeiten in der Sporthalle des  
Niedersorbischen Gymnasiums Cottbus (Sielower Str. 37, 03044 Cottbus) sind  
**mittwochs von 17 bis 18 Uhr und 18 bis 19 Uhr.**

Mit einer Verordnung des Hausarztes oder Ihres Kardiologen kontaktieren Sie uns!

Anmeldung und Infos unter:

~~Herzsport in den~~

Herzgruppen Cottbus e. V.



0173 5961152 (Herr Jänicke)



[vorstand@herzgruppen-cottbus.de](mailto:vorstand@herzgruppen-cottbus.de)



[www.herzsport-cottbus.de](http://www.herzsport-cottbus.de)

... ein



für den Sport