



Herzgruppe
Solothurn

Fit für Ihr Herz



Eine Partnerorganisation der



Schweizerischen Herzstiftung



Herzgruppe Solothurn

Unser Herz-Kreislauf-System leistet Unglaubliches. Das Herz schlägt ein Leben lang, pausenlos, 50 bis 90 Mal pro Minute, rund 100 000 Mal pro Tag, ca. 2,5 Milliarden Mal in unserem Leben. Doch dieser unermüdlich arbeitende Muskel ist verletzlich. Tragen Sie Sorge zu ihm. Dies gilt für alle Menschen, insbesondere jedoch, wenn Sie eine Herz-Erkrankung haben oder sich einem Eingriff am Herzen oder an den Gefässen des Kreislauf-Systems unterziehen mussten. Wir bieten das motivierende und gesunde Umfeld, um wieder fit zu werden und es zu bleiben. Machen Sie mit, wir freuen uns auf Sie.



Kosten und Versicherung

Das Bewegungsprogramm wird von den Teilnehmenden bezahlt.

Halbjährlich wird die Anzahl besuchter Lektionen in Rechnung gestellt. Ende Jahr erhalten Sie einen Teilnahmebeleg für die Krankenkasse; Ihr rückvergüteter Beitrag beläuft sich je nach Kasse und Versicherungsmodalitäten erfahrungsgemäss auf maximal CHF 300.–/Jahr.

Die Kosten pro Lektion betragen CHF 14.–

Sie sind jederzeit für eine unentgeltliche Schnupperlektion eingeladen, wofür Sie sich nicht anmelden müssen.

Versicherung ist Sache des Teilnehmenden.



Bewegungsprogramm

Die Herzgruppe Solothurn bietet folgende physiotherapeutisch begleiteten Trainingsmöglichkeiten an:

	Gruppe 1	Gruppe 2	Gruppe 3
Zeit	Do, 18.00 – 19.00	Do, 19.00 – 20.00	Do, 20.00 – 21.00
Ort	Turnhalle 3 der Kantonsschule Solothurn; Eingang Nord. Parkplätze markiert		
Kosten	CHF 14.–/Lektion; Abrechnung über Sekretariat Herzpraxis Solothurn AG		
Leiter	Jan Smulders (Vertretungen: Physiotherapeuten-Team, AKR BSS)		
Anmeldung	Herzpraxis Solothurn AG (s. Rückseite)		

Während der Schulferien der Stadt Solothurn ruht das Herzturnen (evtl. Alternativprogramm).



Herzgruppe Solothurn

Herzpraxis Solothurn AG
Zuchwilerstrasse 41
4500 Solothurn

Telefon 032 625 79 99
Fax 032 625 79 98

www.herzpraxis-solothurn.ch

Die Herzgruppe Solothurn ist eine Partnerorganisation
der Schweizerischen Herzstiftung und wird von ihr unterstützt.

www.swissheart.ch

www.swissheartgroups.ch