

# „Sport mit Herz“

## Herzsportgruppe Taufkirchen – sind Sie dabei?!

---

- SIE** können sich jederzeit anmelden, wenn Sie eine
- ◆ **koronare Herzerkrankung** nach Herzinfarkt, Bypass-OP oder
  - ◆ **Herzklappen-Operation** oder
  - ◆ **Herzrhythmusstörungen** oder eine andere
  - ◆ **Herz-/Kreislauf-Erkrankung** haben und eine
  - ◆ **Verordnung von Ihrem Hausarzt + fachärztlichen Belastungstest** von diesem Jahr bei der Anmeldung vorlegen können.

**WIR** **Renate Gnensch** (Übungsleiterin Koronarsport),  
**Manfred Chwalinski** (Übungsleiter Koronarsport),  
**Dr. Selma el Kassem** und  
**Dr. Marion Moerler-Ulirsch**  
sind Ihr **Betreuerteam**

---

- UNSER ZIEL** Den „Motor“ Ihres Lebens und Ihre Lebensqualität zu verbessern.  
Wir bieten ein **ausgewogenes Programm** bestehend aus:
- ◆ vielfältigen Bewegungsformen (mit viel Spaß / auch im Freien)
  - ◆ Entspannungsübungen / Streßbewältigung
  - ◆ Gruppengespräche / Information / Erfahrungsaustausch
  - ◆ Kurzcheck bei jedem Treffen (Blutdruck/Puls/Befinden)

**WANN / WO** montags 9.00 – 11.00 Uhr  
Sportpark, Köglweg 99

---

**INFO-Telefon** (089) 612 3072 (Di 8–10 Uhr / Do 17-20 Uhr, SV-DJK Geschäftsst.)  
**Internet** [www.svdjktaufkirchen.de](http://www.svdjktaufkirchen.de) E-mail [info@svdjkaufkirchen.de](mailto:info@svdjkaufkirchen.de)

---

„Herzlich Willkommen – wir freuen uns auf  
Sie !“