

Herzgruppe Phase III

In der Herzgruppe trainieren Sie ohne Leistungsdruck im speziell auf Sie zugeschnittenen Programm. Die regelmässige körperliche Aktivität hilft Ihnen, Risikofaktoren zu minimieren und wirkt sich positiv auf Ihr Gemütsleben aus.

In einer Gruppe von Menschen, die ein ähnliches Schicksal teilen, gemeinsam mit Herz trainieren.

| | |
|-----------------------|--|
| Wo: | MedAction (Physiotherapie, Rehabilitation, Training, Kurse) Zürcherstrasse 170, 8645 Rapperswil-Jona SG |
| Wann: | Mittwoch 09:00 - 10:00 |
| Anmeldung: | Erforderlich, direkt bei MedAction |
| Kosten: | 20er Abo → 500 CHF |
| Teilnehmer: | Erwachsene, jedes Level |
| Voraussetzung: | Keine – jeder ist Willkommen |
| Mitnehmen: | Sportbekleidung, Tuch für Matte |
| Versicherung: | Ist Sache des Teilnehmers |
| Weiteres: | Es gelten die Abonnementsvereinbarung / AGB Kurse von MedAction |

Kursleitung, Anmeldung und Infos:

Andreas Neeser
Dipl. Physiotherapeut
Herztherapeut SAKR



MedAction Rapperswil-Jona SG 055 505 21 21
rapperswil@medaction.ch

Wir freuen uns über Ihre Anmeldung!