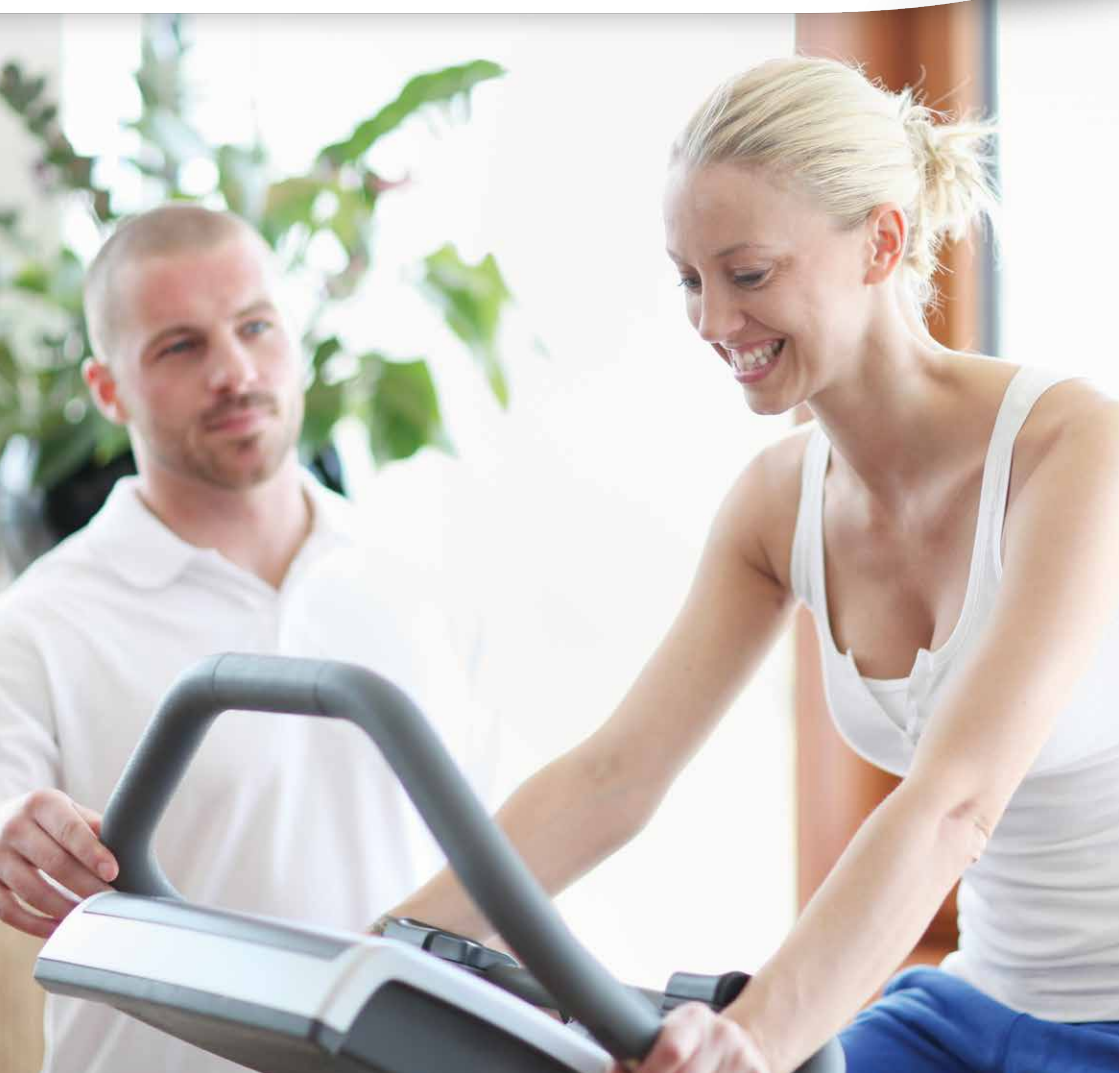


GZF

Gesundheitszentrum
Fricktal

HerzFit

Medizinische Trainingstherapie





HerzFit

Medizinische Trainingstherapie

Was ist HerzFit?

Bewegungsmangel ist ein grosser Risikofaktor für Herz-Kreislauf Erkrankungen. HerzFit ist ein zielgerichtetes, ambulantes Rehabilitationsprogramm für Personen mit koronarer Herzkrankheit und nach Bypass-Operationen.

Risikofaktoren wie zu hohe Blutdruck- und Cholesterinwerte sowie Übergewicht und Diabetes werden durch mehr Bewegung günstig beeinflusst. Zudem macht körperliche Betätigung Spass und vermittelt ein gutes Körpergefühl.

Programm

Ausdauertraining auf dem Ergometervelo, Crosstrainer und Laufband sowie Krafttraining an den Geräten stärken den Kreislauf und die Muskulatur.

Speziell ausgebildete Physiotherapeuten wählen die Übungen und die Einstellungen nach ärztlichen Vorgaben und körperlichem Zustand aus. Für Notfälle steht die nötige Ausrüstung zur Verfügung.

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt durch den Hausarzt an Dr. med. Igor Turkalj, Leitender Arzt Medizinische Klinik Laufenburg.

Information

Nadja Grüter
Herztherapeutin SAKR
Spital Laufenburg
Spitalstrasse 10
5080 Laufenburg
T +41 (0)62 874 53 96

Ort

Spital Laufenburg

Tag/Zeit

Dienstag 17⁰⁰–19⁰⁰ Uhr

Ärztliche Leitung

Dr. med. Bernhard Spoendlin
Herzpraxis am Rhein
Habich-Dietschy-Strasse 18
4310 Rheinfelden
T +41 (0)61 836 99 88

Dr. med. Igor Turkalj
Leitender Arzt
Medizinische Klinik Laufenburg
FMH für Innere Medizin
Spital Laufenburg
Spitalstrasse 10
5080 Laufenburg
T +41 (0)62 874 50 00

Therapeutische Leitung

Nadja Grüter
Herztherapeutin SAKR

Gesundheitszentrum Fricktal AG
Riburgerstrasse 12
4310 Rheinfelden
info@gzf.ch
www.gzf.ch

→ Spital Laufenburg
Spitalstrasse 10
5080 Laufenburg
T +41 (0)62 874 50 00
F +41 (0)62 874 50 05