

Reha- und Gesundheits- sportverein Erzgebirge e.V.



Herzsport unter ärztlicher
und sporttherapeutischer
Betreuung

Dauer: 60 min.

Herzstark
durch
Herzsport

Gemeinsam in der
Gruppe Stärken Sie Ihr Herz
mit einem moderaten Aus-
dauertraining, Gymnastik und
Kräftigungsübungen mit dem
eigenen Körpergewicht und
kleinen Geräten .

Kursort: „Stift“
Hauptstr. 76
09392 Auerbach

Unser Kurs ist auch geeignet
für Menschen mit Herz-
Kreislauf- Erkrankungen.
(z.B.: nach einem Herzinfarkt)



Kosten-
übernahme
durch die
Krankenkasse
möglich!

Sprechen Sie mit
Ihrem Arzt oder lassen
Sie sich beraten unter
03721/2747430 oder schauen
Sie auf unsere Website:
www.rgsv-erzgebirge.de

Reha- und
Gesundheits-
sportverein
Erzgebirge e.V.

Beweg
DEIN
Leben