

MCD-Verein zur psychomotorischen Förderung e.V. Miteinander - Creativ - Dynamisch

10 Gründe für die Teilnahme am ambulanten Rehasport (Coronarsport)

- Steigerung der Leistungsfähigkeit
- Verbesserung von Kraft und Ausdauer
- Verbesserung von Flexibilität und Koordination
- Verbesserung des Bluthochdrucks
- Verbesserung der Alltagsbewältigung
- Freude an der Bewegung
- Abbau von Ängsten

- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Stärkere soziale Einbindung durch gemeinsame Aktivitäten
- Verbesserung der Lebensqualität

Herzsport an der Helios Klinik West 81241 München Pasing Steinerweg 5

4.Stock, Bewegungsraum C038
gegenüber den Toiletten beim Kreißsaal

Dienstags
von 17.00 Uhr – 18.00 Uhr

Information und Anmeldung:

MCD-Verein zur psychomotorischen
Förderung e.V.

Miteinander - Creativ – Dynamisch

Gaby Keemss

Tel. 089-54788250

Handy: 0176-81319881

E-Mail gaby@mcd-verein.de

www.mcd-verein.de

Kreissparkasse München-Starnberg
IBAN: DE867025015000050290964
BIC: BYLADEM1KMS

Wir werden aus Mitteln des „der Paritätische Bayern“
und dem Bayerischen Staatsministerium unterstützt



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

Herzsport

**mach mit -
werd fit!**

Herzsport an der Helios Klinik West München-Pasing

Ambulanter Rehabilitations- sport, für Herzerkrankte

anerkannt durch die Krankenkassen
AOK, die Betriebs- u. Innungskrankenkassen
BKK und IKK, die des VDEK,
(wie z.B. BEK, DAK, KKH, TKK etc.)

n u r mit Verordnung durch **Ihren**
Haus-, oder Facharzt über das **Form-**
blatt 56 (=ambulante Rehasport)
möglich

Angebot über den hierfür **zertifizierten**

MCD-Verein zur psychomotorischen
Förderung e.V.

Miteinander-Creativ-Dynamisch

Durchführung

Gaby Keemss

Bewegungs/Sporttherapeutin