

Mal Besucher bei Cardiowell gewesen...

Mich haute es eines Tages einfach um,  
war zum Hausarzt gefahren genau darum.  
Der machte ein EKG und einen Termin sogleich;  
im Arrenberger-zwanzig Kardiologenreich.

Innerhalb von zwei Stunden dann,  
die Therapie auch gleich begann.

Was folgte war klassisch üblich und profihaft,  
eine Reha bei Cardiowell die Besserung schafft.

Ganz gleich, ob beim Gehen um den Block, jede Rund nun zählt  
für die halbe Stund jeweils wurden 2 Trainer auserwählt.  
Damit die Kontrolle von Fitnessaufbau und Gesundung sichergestellt,  
hat Cardiowell diese Rehamethode auserwählt.

Das Ergometertraining darf auch nicht fehlen im Programm,  
ich strampelte die halbe Stund bei 75 Watt Leistung so dann.  
Drei Elektroden-EKG und Blutdruckmessung ergänzen optimal;  
die Trainingsverbesserung tageweise als digitale Variante als Wahl.

Ja und das Gymnatiktraining unbedingt nicht außer acht gelassen,  
ob mit Gummiband, Hocker, Matte oder Hantel fassend.  
Wichtig die Muskeln zu trainieren und alles zu dehnen,  
wollt ich hier nur am Rande mal auch erwähnen.

Die Entspannungsstunden oder auch Autogenes Training genannt,  
sind schwer zu üben um nicht vom Schlaf zu werden überrannt.  
Daher gibt es mehrere über die Woche gut verteilt,  
damit auch mich der echte Erfolg statt Schnarchen mal ereilt.

Die Arztunterrichtsstunden gibt es natürlich auch,  
alles über die Krankheit zu erfahren ist hier heiliger Brauch.  
Denn nur wer versteht was im Körper eigentlich am Herzen wichtig  
reagiert bewußt und zielführend erst vielleicht immer richtig!

Dafür ist Cardiowell sehr gut aufgestellt personell  
ob die Profis an der Rezeption von Cardiowell,  
oder die Ärzte mehrere an der Kardiologenzahl  
die Trainer für Sport alles die beste Wahl!

Natürlich die Psychologen nicht zu übersehen,  
wie man mit Stress in Zukunft wird umgehen.  
Auch derer mehrere spezialisiert für mich immer da,  
Das alles kann nur gesunden das wurd mir schnelle klar.

Daher aus Dankbarkeit ich diese Zeilen gerne schreibe,  
verbunden mit der Hoffnung, das es den Anderen auch so hilfreich sei,  
mit Irene nach der Reha wieder fit nun lange bleibe,  
Nur das Essen in der Kantine war mir zu oft ein "Vegeeinerlei."