

### (1) Cardioprevent-Herztraining

Inhalte: Fahrradergometertraining mit EKG- und Blutdruck-Überwachung

- (A) montags 15:00 Uhr – 15:45 Uhr**  1. (06.01. – 30.03.20)  2. (06.04. – 29.06.20)  
Kursleiter: Dr. Sportwiss. Christian Heming  3. (06.07. – 28.09.20)  4. (05.10. – 14.12.20)

### (2) Cardioprevent-Herz-Rückentraining

Inhalte: Fahrradergometertraining mit EKG- und Blutdruck-Überwachung  
Kräftigung und Mobilisation des gesamten Stütz- und Bewegungsapparates

- (C) montags 16:00 Uhr – 17:00 Uhr**  1. (06.01. – 30.03.20)  2. (06.04. – 29.06.20)  
Kursleiter: Dr. Sportwiss. Christian Heming  3. (06.07. – 28.09.20)  4. (05.10. – 14.12.20)

- (D) dienstags 13:45 Uhr – 14:45 Uhr**  1. (07.01. – 31.03.20)  2. (07.04. – 30.06.20)  
Kursleiter: Nils Klophaus (Bachelor of Arts)  3. (07.07. – 29.09.20)  4. (06.10. – 15.12.20)

- (E) dienstags 14:45 Uhr – 15:45 Uhr**  1. (07.01. – 31.03.20)  2. (07.04. – 30.06.20)  
Kursleiter: Dr. Sportwiss. Christian Heming  3. (07.07. – 29.09.20)  4. (06.10. – 15.12.20)

- (F) dienstags 17:45 Uhr – 18:45 Uhr**  1. (07.01. – 31.03.20)  2. (07.04. – 30.06.20)  
Kursleiter: Nils Klophaus (Bachelor of Arts)  3. (07.07. – 29.09.20)  4. (06.10. – 15.12.20)

- (G) dienstags 19:00 Uhr – 20:00 Uhr**  1. (07.01. – 31.03.20)  2. (07.04. – 30.06.20)  
Kursleiter: Nils Klophaus (Bachelor of Arts)  3. (07.07. – 29.09.20)  4. (06.10. – 15.12.20)

- (H) mittwochs 13:30 Uhr – 14:30 Uhr**  1. (08.01. – 25.03.20)  2. (01.04. – 24.06.20)  
Kursleiterin: Brigitte Wehner (Gymnastiklehrerin)  3. (01.07. – 30.09.20)  4. (07.10. – 16.12.20)

- (I) mittwochs 17:15 Uhr – 18:15 Uhr**  1. (08.01. – 25.03.20)  2. (01.04. – 24.06.20)  
Kursleiter: Julia Forstner (Bachelor of Science)  3. (01.07. – 30.09.20)  4. (07.10. – 16.12.20)

- (J) mittwochs 18:30 Uhr – 19:30 Uhr**  1. (08.01. – 25.03.20)  2. (01.04. – 24.06.20)  
Kursleiter: Julia Forstner (Bachelor of Science)  3. (01.07. – 30.09.20)  4. (07.10. – 16.12.20)

- (K) donnerstags 15:00 Uhr – 16:00 Uhr**  1. (09.01. – 26.03.20)  2. (02.04. – 25.06.20)  
Kursleiter: Nils Klophaus (Bachelor of Arts)  3. (02.07. – 24.09.19)  4. (08.10. – 17.12.20)

- (L) donnerstags 17:45 Uhr – 18:45 Uhr**  1. (09.01. – 26.03.20)  2. (02.04. – 25.06.20)  
Kursleiter: Nils Klophaus (Bachelor of Arts)  3. (02.07. – 24.09.20)  4. (01.10. – 17.12.20)

Mittwoch ist ein Arzt bis 14 Uhr im Hause! An allen anderen Tagen ist ein Arzt bis 18 Uhr im Hause!

Alle Kurse ab 16 Uhr für leistungsstärkere Teilnehmer!

**Kurse fallen am Rosenmontag aus!**

**2 Wochen Weihnachtsferien**

**23.12.2020-06.01.2021**

### Kurskosten: 120,-€ pro Kurs pro Quartal / 105,- € für Folgekurse pro Quartal

ohne Bezuschussungsmöglichkeiten Ihrer Krankenkasse im Rahmen von Herzsport oder Prävention  
keine Rückerstattungsmöglichkeit der Kurskosten, z.B. aufgrund von Krankheit oder Urlaub

### Hiermit melde ich mich verbindlich zu dem oben angekreuzten Angebot an:

Name: \_\_\_\_\_ Adresse: \_\_\_\_\_

Tel.-Nr.: \_\_\_\_\_ Geb.-Datum: \_\_\_\_\_ Mail: \_\_\_\_\_

Die Kurs-Kosten muss ich eine Woche nach Kursbeginn auf das unten angegebene Konto überwiesen haben.

Hiermit bestätige ich, dass ich körperlich und gesundheitlich den Anforderungen entspreche, die sich aus der Teilnahme an dem Cardioprevent-Training ergeben. Cardioprevent haftet nicht für Gesundheitsschäden, die aus der Teilnahme an dem Cardioprevent-Training entstehen. Eine Haftung von Cardioprevent besteht nur für solche Schäden, die durch grobe Fahrlässigkeit oder Vorsatz verursacht werden.

Ich bin damit einverstanden, dass Cardioprevent Einsicht in evtl. vorhandene medizinische Daten von Cardiowell und von der Praxis Dres Jansen/ Probst... nehmen darf. Mir ist bekannt, dass ich diese Erklärung zur Entbindung der Schweigepflicht jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen kann.

Ich bin darüber informiert worden, dass grundsätzlich ab 18 Uhr und mittwochs ab 14 Uhr kein Arzt im Hause ist und somit auch das hausinterne Notfallsystem nicht funktioniert! Im Notfall wird die (0)112 gewählt!

\_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift