



Übungsleiter in Herzgruppen – WIE WERDE ICH DAS?

Sind Sie

- Übungsleiter BLSV mit A, C oder J-Lizenz oder
 - Übungsleiter BVS mit A, C oder J-Lizenz oder
 - (Diplom-)Sportlehrer oder
 - Diplom-Sportwissenschaftler oder
 - Absolvent Bachelor of Arts „Sportwissenschaft“ oder
 - Absolvent Bachelor of Science „Wissenschaftliche Grundlagen des Sports“ oder
 - Physiotherapeut oder
 - Masseur/medizinischer Bademeister
- und
- sind gesundheitlich geeignet?

... Dann freuen wir uns über
Ihre Anmeldung zu einem unserer
Ausbildungskurse!

Auch hier dürfen Sie darauf vertrauen:

Die Herz-LAG Bayern – Ihre verlässliche
Ansprechpartnerin in Ihrer Ausbildung und während
Ihrer Tätigkeit als Herzgruppen-Übungsleiter!

Nähere Informationen und Termine dazu

- auf unserer Homepage: www.herzgruppen-lag-bayern oder
 - telefonisch über die Geschäftsstelle der Herz-LAG Bayern:
-  (0 81 58) 90 33 73



Übungsleiter/in in Herzgruppen

... mehr als Sport



Herz-LAG Bayern

www.herzgruppen-lag-bayern.de



Herzgruppen – WAS IST DAS?

- **Die Teilnehmer:**
Patienten mit chronischen Herz-Kreislaufkrankungen
- **Das Betreuungsteam:**
Ein speziell ausgebildeter Übungsleiter und ein Gruppenarzt
- **Die Träger:**
Zum Beispiel Sportvereine, Rotes Kreuz oder Volkshochschulen
- **Die Inhalte:**
Schwerpunkt: Eine krankheitsangepasste Bewegungs- und Sporttherapie
Aber auch: Weitere Impulse zu einer umfassenden, herzgesunden Lebensstiländerung, zum Beispiel im Ess- und Genussverhalten, im Umgang mit Stress und im psycho-sozialen Bereich
- **Das Ziel:**
Kompetenz, Selbstsicherheit und Selbstvertrauen der Herzpatienten – für ein eigenverantwortliches, genussvolles, herzgesundes Leben trotz Herzerkrankung



Darauf dürfen Sie vertrauen:

Die Herz-LAG Bayern kümmert sich, dass das „Drumherum“ in Herzgruppen stimmt!

Übungsleiter in Herzgruppen – WAS TUN DIE?

- **Sie gestalten** in einem Sportverein oder einem anderen Herzgruppenträger die Bewegungs- und Sporttherapie für Herzpatienten
- **Sie vermitteln** Wissen und geben Motivation zu einer dauerhaften, herzgesunden Lebensstiländerung
- **Sie sind** hochqualifizierte Sport- und Gesundheitsexperten
- **Sie bilden** sich regelmäßig zur Herzgruppenarbeit fort
- **Sie sind** Vertrauenspersonen in „Herzens-Angelegenheiten“ ihrer Teilnehmer
- **Sie stehen** im ständigen Austausch mit dem immer anwesenden Gruppenarzt über den aktuellen Gesundheitszustand ihrer Teilnehmer
- **Sie freuen** sich zusammen mit ihren Teilnehmern über große und kleine Siege über den „inneren Schweinehund“, der das Herz gefährdet

Darauf dürfen Sie vertrauen:

Die Herz-LAG Bayern kümmert sich um Ausbildungsangebote, damit Sie das alles können!