

## Herz-LAG Bayern: Fortbildungsangebot 2025

### GESAMTÜBERSICHT

(Stand 27.11.2024)

	UE	Quartal 1/25				TN
0125-F1	8	Pilates, Yoga und Beckenboden: Kraftvolles Training in Herzgruppen	97500 Ebelsbach	25.01.25	Sonja Förtsch	23
0225-F2	15	Atemtechniken für die Arbeit in und mit Herzgruppen	82347 Bernried/Höhenried	07.02. – 08.02.25	Daniel Brandt	16
0325-F2	15	Herzgruppen im Gleichgewicht	86504 Merching	<b>08.02. – 09.02.25</b> <b>Neuer Termin</b>	Brigitte Glas	30
0425-F1	8	Herzgruppen-Refresher kompakt	E-Learning   Online	01.03. – 31.03.25	Dr. Petra Meyer-Pfaffel	30
0525-F2	15	Theorie-Refresher und Praxis-Bausteine für Herzgruppen	E-Learning   Online	01.03. – 31.03.25	Dr. Petra Meyer-Pfaffel	60
0625-F2	15	Bewegung als „Medikament“: Wirksame Ideen für Herzgruppen	ZOOM   Präsenz in 82327 Tutzing	28.03. – 29.03.25	Dr. Petra Meyer-Pfaffel	20

	UE	Quartal 2/25				TN
0725-F2	15	<b>pAVK – Begleiterkrankungen in Herzgruppen</b> Qualifikationsfortbildung Innere Medizin: <b>pAVK – ÜbungsleiterIn</b> (DGPR)	97500 Ebelsbach	04.04. – 05.04.25	Sonja Förtsch	23
0825-F2	15	Know-How für Herzinsuffizienzgruppen Qualifikationsfortbildung <b>HerzinsuffizienztrainerIn</b> (DGPR)	82347 Bernried/Höhenried	04.04. – 05.04.25	Dr. med. Christa Bongarth	20
0925-F2	15	Faszientraining in Herzgruppen: Theorie und Praxis	97828 Marktheidenfeld	09.05. – 10.05.25	Markus Kirchner	18
1025-F2	15	Intervalltraining und MTT in Herzgruppen	87634 Obergünzburg	24.05. – 25.05.25	Herbert Heisler	15
1125-F1	8	Abwechslungsreiches Zirkeltraining in Herzgruppen	87688 Bad Kissingen	24.05.25	Barbara Kottlors-Halbig / Paul Riegler	16
1225-F2	15	Aktiv in Herzgruppe und Alltag – Bewegungsideen mit Alltagsmaterialien	91080 Uttenreuth	24.05. – 25.05.25	Marion Haffner-Daum	26
1325-F2	15	<b>COPD – Begleiterkrankungen in Herzgruppen</b> Qualifikationsfortbildung Innere Medizin: <b>COPD – ÜbungsleiterIn</b> (DGPR)	ZOOM   Online	27.06. – 28.06.25	Dr. med. Inga Jarosch	25

	UE	Quartal 3/25				TN
1425-F2	15	Die Mischung macht's: Theorie und Praxis für Herzgruppen	E-Learning   Online	01.09. – 30.09.25	Dr. Petra Meyer-Pffafel	60
1525-F1	8	Theorie- und Praxis-Impulse für Herzgruppen	E-Learning   Online	01.09. – 30.09.25	Dr. Petra Meyer-Pffafel	30
1625-F2	15	Know-How für Herzinsuffizienzgruppen Qualifikationsfortbildung <b>HerzinsuffizienztrainerIn</b> (DGPR)	82347 Bernried/ Höhenried	05.09. – 06.09.25	Dr. med. Christa Bongarth	20
1725-F1	8	Vielseitigkeit in der Herzgruppe	86504 Merching	20.09.25	Brigitte Glas	30
1825-F2	15	<b>COPD – Begleiterkrankungen in Herzgruppen</b> Qualifikationsfortbildung Innere Medizin: <b>COPD – ÜbungsleiterIn</b> (DGPR)	93093 Donaustauf	26.09. – 27.09.25	Prof. Dr. med. Maximilian Malfertheiner	15

	UE	Quartal 4/25				TN
1925-F2	15	<b>Diabetes mellitus – Begleiterkrankungen in Herzgruppen</b> Qualifikationsfortbildung Innere Medizin: <b>Diabetes mellitus – ÜbungsleiterIn</b> (DGPR)	83209 Prien a. Chiemsee	10.10. – 11.10.25	Dr. med. Inga Jahn	25
2025-F2	15	Herz und Psyche – verhaltensmedizinische Konzepte für Herzgruppen	83457 Bayerisch Gmain	17.10. – 18.10.25	Dr. med. Sebastian Göbel	23
2125-F2	15	Trainingsvielfalt in Herzgruppen – Bewährtes modifizieren, Neues gestalten	94072 Bad Füssing	25.10. – 26.10.25	Gabi Eichner	39
2225-F2	15	<b>COPD – Begleiterkrankungen in Herzgruppen</b> Qualifikationsfortbildung Innere Medizin: <b>COPD – ÜbungsleiterIn</b> (DGPR)	83435 Bad Reichenhall	15.11. – 16.11.25	Matthias Limbach	12

### BITTE BEACHTEN:

#### ANMELDUNG Kurse 2025:

Bitte melden Sie sich über unsere Website [www.herz-lag.de](http://www.herz-lag.de) (Kurse > Fortbildungen für ÜbungsleiterInnen bzw. Ausbildungskurse ÜbungsleiterIn) an bzw. nutzen Sie das Anmeldeformular (Download, evtl. Bearbeitung zulassen). Das Anmeldeformular können Sie uns per Mail (PDF oder Foto (jpg)) oder per Post zukommen lassen. Wir haben kein Fax.

Wenn Sie mit einem Kurs der Herz-LAG Bayern e. V. die Lizenz einer anderen Organisation verlängern möchten, stellen Sie bitte vor der Buchung des Kurses sicher, dass diese Organisation den Kurs für die Verlängerung anerkennt.

**Bestellungen per formloser E-Mail oder per Telefon werden nicht bearbeitet. Voranmeldungen und Reservierungen sind nicht möglich!**

**Pausenverpflegung:** Gem. des Vorstandsbeschlusses vom 11.10.2023 werden in den Zwischenpausen der Herz-LAG Fortbildungslehrgängen (8UE/15 UE) in Präsenz nur noch Getränke (Kaffee, Tee, Wasser; das Angebot kann je nach Kursort variieren) angeboten. Bitte beachten Sie ggf. individuelle Hinweise zur Verpflegung in dem jeweiligen Kursprogramm und bringen Sie bei Bedarf Snacks und darüberhinausgehende Getränke selbst mit. Bitte verzichten Sie während aller Herz-LAG Fortbildungen auf den Konsum alkoholischer Getränke. Bei Bedarf werden die Kosten vom Teilnehmenden auf eigene Kosten getragen.

## Herz-LAG Bayern: Fortbildungsangebot 2025 KURSBESCHREIBUNGEN

### Quartal 1/25

<b>0125-F1</b>	Pilates, Yoga und Beckenboden: Kraftvolles Training in Herzgruppen	Präsenz Ebelsbach 8 UE	25.1.25 Anzahl Plätze: 23	Sonja Förtsch
----------------	--	------------------------------	------------------------------	---------------

#### **Kursbeschreibung 0125-F1:**

Krafttraining mit Hilfe des Körpergewichts, Entwicklung von Stärke, Selbstwahrnehmung und Konzentration. Die beiden ganzheitlichen Übungsmethoden Pilates und Yoga kombinieren bewusste Bewegung, Konzentration und Atmung. In logischer Konsequenz wird dabei auch ein Fokus auf den Beckenboden und die Stärkung der Muskulatur gelegt. Für Frauen und Männer gleichermaßen ein wichtiges Thema, das die Lebensqualität positiv beeinflussen kann. ÜbungsleiterInnen von Herzgruppen erhalten in diesem Kurs einen Einblick in Theorie und Praxis und wie sie mittels Asanas (Körperstellungen beim Yoga) und Übungen ihr Training in Herzgruppen ergänzen können.

<b>0225-F2</b>	Atemtechniken für die Arbeit in und mit Herzgruppen	Präsenz Höhenried 15 UE	7.2. – 8.2.25 Anzahl Plätze: 16	Daniel Brandt
----------------	--	-------------------------------	------------------------------------	---------------

#### **Kursbeschreibung 0225-F2:**

In dieser Fortbildung lernen die ÜbungsleiterInnen die Grundlagen und spezifischen Techniken der Atemtherapie, die besonders auf die Bedürfnisse von TeilnehmerInnen an Herzgruppen abgestimmt sind, kennen.

#### **Der Kurs umfasst:**

- Einführung in die Atemtherapie
- Atemtechniken für HerzpatientInnen
- Anpassung der Atemtherapie
- Berücksichtigung von Kontraindikationen und Sicherheitsaspekten.
- Praktische Übungen

Die ÜbungsleiterInnen von Herzgruppen bekommen in dieser Ausbildung Grundwissen vermittelt, mit dem sie TeilnehmerInnen ihrer Herzgruppen (mit Lungenerkrankungen) gezielte Übungen der Atemtherapie anbieten und durch Atemtechniken die Selbstwirksamkeit der Teilnehmenden fördern.

<b>0325-F2</b>	Herzgruppen im Gleichgewicht	Präsenz Merching 15 UE	8.2. – 9.2.25 Anzahl Plätze: 30	Brigitte Glas
<p><b>Kursbeschreibung 0325-F2:</b></p> <p>Die Sturzprophylaxe wird in Herzgruppen, vor allem in solchen mit älteren TeilnehmerInnen, zunehmend wichtiger. Gleichgewichtsübungen in jeder Art und verschiedensten Organisationsformen werden in diesem Kurs vorgestellt. Es wird Einzel- und Gruppenübungen geben sowie Spielformen, Zirkeltraining und einiges mehr. Im Vordergrund aller Übungen und Spiele steht der Spaß an der Bewegung für die HerzpatientInnen.</p> <p>Dieser Kurs entspricht in weiten Teilen dem Kurs 0124-F2</p>				
<b>0425-F1</b>	Herzgruppen-Refresher kompakt	E-Learning 8 UE	1.3. – 31.3.25 <i>Bearbeitungszeitraum</i> Anzahl Plätze: 30	Dr. Petra Meyer-Pfaffel
<p><b>Kursbeschreibung 0425-F1:</b></p> <p>In dieser komplett virtuellen Fortbildung können HerzgruppenleiterInnen einerseits ihr theoretisches Wissen zu relevanten Themen bzgl. des therapeutischen Arbeitens mit HerzpatientInnen erweitern. Zugleich bietet der Lehrgang vielerlei Praxisanregungen für die Gestaltung von Herzgruppen-Stunden. Diese sind in Videoclips beschrieben (<i>jedoch keine Demo-Videos, die die konkrete Durchführung in der Halle zeigen!</i>), werden zusätzlich in Form von Praxis-Skripten, in denen die Praxis-Inhalte schriftlich dargelegt sind, zur Verfügung gestellt und können bei Bedarf heruntergeladen werden. Auf diese Weise können die online dargestellten Praxis-Inhalte gut in die Turnhalle transportiert werden.</p> <p><b>Schwerpunkte</b> liegen z.B. auf Praxis-Inhalten zu Koordinationstraining, Spielformen und Achtsamkeitstraining.</p> <p>Dieser Kurs ist nur für Teilnehmer buchbar, die über einen Internet-Zugang und eine eigene E-Mail-Adresse verfügen und mit dem Umgang von PC und Internet vertraut sind.</p> <p><b>InhaberInnen von BVS-Lizenzen empfehlen wir für die Lizenzverlängerung die Kurse: 0425-F1 oder 1525-F1 (je 8UE, Online) in Kombination mit einem weiteren Kurs über 8UE in Präsenz, Kurs 0625-F2 (Online/Präsenz) oder alle Präsenzkurse mit 15UE.</b></p> <p><i>Dieser Kurs entspricht den Kursen 0424-F1, 0223-F1 und 0222-F1</i></p>				

<b>0525-F2</b>	Theorie-Refresher und Praxis-Bausteine für Herzgruppen	E-Learning 15 UE	1.3. – 31.3.25 <i>Bearbeitungszeitraum</i> Anzahl Plätze: 60	Dr. Petra Meyer-Pfaffel
<p><b>Kursbeschreibung 0525-F2:</b></p> <p>In dieser komplett virtuellen Fortbildung können HerzgruppenleiterInnen einerseits ihr theoretisches Wissen zu relevanten Themen bzgl. des therapeutischen Arbeitens mit HerzpatientInnen erweitern. Zugleich bietet der Lehrgang vielerlei Praxisanregungen für die Gestaltung von Herzgruppen-Stunden. Diese sind in Videoclips beschrieben (<i>jedoch keine Demo-Videos, die die konkrete Durchführung in der Halle zeigen!</i>), werden zusätzlich in Form von Praxis-Skripten, in denen die Praxis-Inhalte schriftlich dargelegt sind, zur Verfügung gestellt und können bei Bedarf heruntergeladen werden. Auf diese Weise können die online dargestellten Praxis-Inhalte gut in die Turnhalle transportiert werden.</p> <p><b>Schwerpunkte</b> liegen z.B. auf Praxis-Inhalten zu Wahrnehmungsschulung, niedriger Belastbarkeit, moderater Kräftigung, Ausdauerförderung und Entspannung.</p> <p>Dieser Kurs ist nur für Teilnehmende buchbar, die über einen Internet-Zugang und eine eigene E-Mail-Adresse verfügen und mit dem Umgang von PC und Internet vertraut sind.</p> <p><b>InhaberInnen von BVS-Lizenzen empfehlen wir für die Lizenzverlängerung die Kurse: 0425-F1 oder 1525-F1 (je 8UE, Online) in Kombination mit einem weiteren Kurs über 8UE in Präsenz, Kurs 0625-F2 (Online/Präsenz) oder alle Präsenzkurse mit 15UE.</b></p> <p><i>Dieser Kurs entspricht dem Kurs 0324-F2, 0123-F2 und 0122-F2</i></p>				
<b>0625-F2</b>	Bewegung als „Medikament“: Wirksame Ideen für Herzgruppen	ZOOM/Präsenz Tutzing 15 UE	28.3. – 29.3.25 Anzahl Plätze: 20	Dr. Petra Meyer-Pfaffel
<p><b>Kursbeschreibung 0625-F2:</b></p> <p>In diesem Kurs werden Möglichkeiten vorgestellt, wie Herzgruppeninhalte vielfältig gestaltet werden können: Mit Elementen der Bewegung für die Turnhalle, aber auch mit theoretischen Infos aus der Medizin und zur Gesundheitsbildung. Alles in allem Inhalte, die verdeutlichen, dass Bewegung für HerzpatientInnen wie ein "Medikament" wirken kann. Insgesamt soll mit diesem Kurs ein ganzheitliches Verständnis von Rehabilitationssport in Herzgruppen vermittelt werden.</p> <p>Die Theorie-Vorträge werden größtenteils am <b>1. Lehrgangstag virtuell über ZOOM</b> angeboten. Am <b>2. Lehrgangstag</b> findet in <b>Präsenz</b> der Großteil der Praxis-Inhalte und das Notfalltraining statt. Bitte beachten Sie, dass Sie zur Teilnahme an dem Kurs sowohl einen PC oder Laptop mit (integrierter) Kamera und Mikrofon benötigen als auch eine eigene E-Mail-Adresse sowie eine stabile Internetverbindung.</p> <p><b>Hinweis für eine zeitliche Anreise-Planung zum Präsenzteil in Tutzing:</b> Der virtuelle Teil der Fortbildung endet am 28.3.2025 voraussichtlich gegen 19.30 Uhr. Der Präsenzteil in Tutzing startet am 29.3.2025 voraussichtlich bereits um 9 Uhr.</p> <p><i>Dieser Kurs entspricht in weiten Teilen dem Kurs 0224-F2</i></p>				

Quartal 2/25				
<b>0725-F2</b>	<b>pAVK – Begleiterkrankungen in Herzgruppen</b> Qualifizierungsfortbildung Innere Medizin: <b>pAVK-ÜbungsleiterIn</b>	Präsenz Ebelsbach 15 UE	4.4. – 5.4.25 Anzahl Plätze: 23	Sonja Förtsch
<p><b>Kursbeschreibung 0725-F2:</b></p> <p>Der Herzgruppen-Alltag zeigt, dass viele Herzgruppen-Teilnehmende nicht nur herzkrank sind, sondern oft auch unter <b>peripherer arterieller Verschlusskrankheit (pAVK)</b> leiden. Der theoretische Part dieser Fortbildung vermittelt medizinisches Grundwissen zur pAVK, deren Krankheitsverlauf und die damit verbundenen sportwissenschaftlichen Trainingsgrundlagen sowie die Trainingssteuerung. In der Sportpraxis werden Inhalte für das praktische Arbeiten vermittelt, z.B. Fußgymnastik, Koordinationsübungen usw.</p> <p><b>Das Besondere an diesem Kurs: Nach vollständiger Teilnahme an diesem Kurs erhalten Sie die ÜbungsleiterInnen-Lizenz der Herz-LAG Bayern zur Leitung für Rehasport-Gruppen mit der Indikation pAVK.</b></p> <p><b>Bitte beachten Sie: Die Kursinhalte dieser Fortbildung thematisieren v.a. das Krankheitsbild der pAVK!</b></p> <p><i>Dieser Kurs entspricht den Kursen 0924-F2 und 0823-F2</i></p>				
<b>0825-F2</b>	<b>Know-How für Herzinsuffizienzgruppen</b> Qualifikationsfortbildung <b>HerzinsuffizienztrainerIn (DGPR)</b>	Präsenz Bernried/ Höhenried 15 UE	4.4. – 5.4.25 Anzahl Plätze: 20	Dr. med. Christa Bongarth
<p><b>Kursbeschreibung 0825-F2:</b></p> <p>Auch für PatientInnen mit fortgeschrittener Herzinsuffizienz ist ein moderates körperliches Training durchführbar. Diese Fortbildung nimmt diese Zielgruppe in den Blick, schult ÜbungsleiterInnen für den Umgang mit diesen Patienten in Herzinsuffizienzgruppen und vermittelt in Theorie und Praxis Kompetenz zur Gestaltung von Übungsstunden.</p> <p>Basis der Fortbildung stellen die von der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation (DGPR) neu erarbeiteten Maßgaben für das Arbeiten in Herzinsuffizienzgruppen und das darauf ausgerichtete DGPR-Curriculum „Herzinsuffizienztrainer/DGPR“ dar.</p> <p><b>Das Besondere an diesem Kurs: Nach vollständiger Teilnahme an diesem Kurs erhalten Sie die Lizenz „HerzinsuffizienztrainerIn/DGPR“. Mit dieser ÜbungsleiterInnen-Qualifikation können Sie eine Herzinsuffizienzgruppe leiten. Aber auch für die „normale“ Herzgruppe ist das in der Fortbildung vermittelte Wissen ein Gewinn und schult im Umgang mit eher weniger belastbaren Herzgruppenteilnehmenden.</b></p> <p><i>Dieser Kurs entspricht den Kursen 0524-F2 und 1824-F2 sowie 0923-F2 und 1723-F2</i></p>				

<b>0925-F2</b>	Faszientraining in Herzgruppen: Theorie und Praxis	Präsenz Marktheidenfeld 15 UE	9.5. – 10.5.25 Anzahl Plätze: 18	Markus Kirchner
<p><b>Kursbeschreibung 0925-F2:</b></p> <p>Im Mittelpunkt dieses Kurses stehen die Faszien und das Faszientraining in Herzgruppen. Faszien sind seit einigen Jahren in aller Munde und tragen maßgeblich zur Beweglichkeit, Stabilität und zu unserem Wohlbefinden bei. Unter Berücksichtigung des aktuellen Forschungsstandes werden Herzgruppenleitende in einem ausgewogenen Mix aus Theorie und Praxis in dieses spannende Thema eingeführt. Vom Aufbau und der Funktion der Faszien leitet die Theorie über in ein praxisorientiertes Angebot zum vielseitigen Training in Herzgruppen. Hierbei werden verschiedene Kleingeräte, z. B. das Theraband herangezogen und auch die weiteren Facetten an Trainingsmöglichkeiten für Entspannung, Entwicklung von Kraft und für mehr Beweglichkeit beleuchtet.</p>				
<b>1025-F2</b>	Intervalltraining und MTT in Herzgruppen	Präsenz Obergünzburg 15 UE	24.5. – 25.5.25 Anzahl Plätze: 15	Herbert Heisler
<p><b>Kursbeschreibung 1025-F2:</b></p> <p>Krafttraining verbessert bei HerzpatientInnen, wie auch bei gesunden Menschen, nicht nur die Muskelkraft, Ausdauer, Leistungsfähigkeit, die Selbstständigkeit und Lebensqualität, sondern mindert auch funktionelle Einschränkungen. Weitere potenzielle Vorteile des Krafttrainings sind eine bessere Herzgesundheit, Gewichtskontrolle und Sturzprävention. Zuletzt ist die Kräftigung der Atemmuskeln sowie die Stärkung des Selbstbewusstseins ein weiterer positiver Aspekt.</p> <p>Dieser Kurs richtet sich an ÜbungsleiterInnen von Herzgruppen.</p> <p>In diesem neuen Kurs erhalten ÜbungsleiterInnen von Herzgruppen ein Konzept für die Integration von Intervalltraining und MTT (Medizinische Trainingstherapie) in Ihre Herzsportgruppen. Beide Trainings sind einzeln oder in Kombination eine abwechslungsreiche Möglichkeit, um die TeilnehmerInnen in Herzgruppen zu motivieren und ihre Herzgesundheit zu verbessern.</p> <p><b>Geplante Themen sind:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kondition und Kraft trainieren</li> <li>• Große Wirkung bei eher untrainierten Personen</li> <li>• Entscheidend ist die richtige Technik</li> <li>• Bessere Herzgesundheit, Gewichtskontrolle und Lebensqualität</li> <li>• Praktisch Trainingstipps</li> <li>• Wie unterscheiden sich die Intensitätsstufen</li> <li>• Warum ist Krafttraining besser als Cardio?</li> <li>• Indikation und Kontraindikation</li> </ul>				

<b>1125-F1</b>	Abwechslungsreiches Zirkeltraining in Herzgruppen	Präsenz Bad Kissingen 8 UE	24.5.25 Anzahl Plätze: 16	Barbara Kottlors-Halbig Paul Riegler
<p><b>Kursbeschreibung 1125-F1:</b></p> <p>Im Mittelpunkt stehen die verschiedenen Möglichkeiten des Einsatzes von Zirkeltraining in Herzgruppen. Den theoretischen Rahmen bilden Fachvorträge zu neueren Themen aus dem medizinisch-psychologischen Bereich.</p> <p><i>Dieser Kurs entspricht dem Kurs 1524-F</i></p>				
<b>1225-F2</b>	Aktiv in Herzgruppen und Alltag – Bewegungsideen mit Alltagsmaterialien	Präsenz Uttenreuth 15 UE	24.5. – 25.5.25 Anzahl Plätze: 26	Marion Haffner-Daum
<p><b>Kursbeschreibung 1225-F2:</b></p> <p>In dieser Fortbildung werden Ideen und Methoden aufgezeigt, um Teilnehmerinnen und Teilnehmer in Herzgruppen zu ergänzender, selbstständiger Bewegung im Alltag zu motivieren, selbst neue Bewegungsmöglichkeiten in ihrem Umfeld zu entdecken und sie zu einem aktiveren Lebensstil anzuregen.</p> <p>Im Kurs werden Bewegungsformen (In- und Outdoor) mit Alltagsgegenständen und selbst hergestellten Sportgeräten sowie Hilfen zur Motivation und Umsetzung vorgestellt.</p> <p><i>Dieser Kurs entspricht in weiten Teilen dem Kurs 1224-F2</i></p>				
<b>1325-F2</b>	<b>COPD – Begleiterkrankungen</b> in Herzgruppen Qualifizierungsfortbildung Innere Medizin: <b>COPD – ÜbungsleiterIn</b>	ZOOM   Online 15 UE	27.6. – 28.6.25 Anzahl Plätze: 25	Dr. med. Inga Jarosch
<p><b>Kursbeschreibung 1325-F2:</b></p> <p>Herzgruppenleitende sind in ihren Gruppen immer wieder mit TeilnehmerInnen konfrontiert, die nicht nur herzkrank sind, sondern auch unter chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD) leiden. Dieser Kurs setzt an dieser Erkenntnis an und unterstützt die HerzgruppenleiterInnen dabei, betroffene Personen in ihrer Herzgruppe angemessen zu betreuen.</p> <p>In diesem Kurs geht es darum, den ÜbungsleiterInnen Handlungskompetenz für chronisch Lungenerkrankte zu vermitteln. Diese besteht aus atemphysiotherapeutischen Maßnahmen, die leicht in Gruppen umzusetzen sind, krankheitsspezifisches Ausdauer- und Krafttraining sowie Basiswissen zu Schulungs- und Edukationsinhalten („Krankheitsmanagement“) bei COPD.</p> <p><b>Das Besondere an diesem Kurs: Nach vollständiger Teilnahme über die 15 UE erhalten Sie die ÜbungsleiterInnen-Lizenz der Herz-LAG Bayern zur Leitung von Rehasport-Gruppen mit der Indikation COPD.</b></p> <p><b>Bitte beachten Sie: Die Kursinhalte dieser Fortbildung thematisieren v.a. das Krankheitsbild der COPD!</b></p>				



Quartal 3/25				
<b>1425-F2</b>	Die Mischung macht's: Theorie und Praxis in Herzgruppen	E-Learning 15 UE	1.9. – 30.9.25 <i>Bearbeitungszeitraum</i> Anzahl Plätze: 60	Dr. Petra Meyer-Pffaffel
<p><b>Kursbeschreibung 1425-F2:</b></p> <p>Diese komplett virtuelle Fortbildung bietet eine bunte Mischung für das Arbeiten in Herzgruppen. So können HerzgruppenleiterInnen einerseits ihr theoretisches Wissen zu relevanten Themen bzgl. des therapeutischen Arbeitens mit HerzpatientInnen erweitern. Zugleich bietet der Lehrgang vielerlei Praxisanregungen für die Gestaltung von Herzgruppen-Stunden. Diese sind in Videoclips beschrieben (jedoch keine Demo-Videos, die die konkrete Durchführung in der Halle zeigen!). Zusätzlich werden diese Anregungen in Form von Praxis-Skripten, in denen die Praxis-Inhalte schriftlich dargelegt sind, zur Verfügung gestellt, die bei Bedarf auch heruntergeladen werden können. Die Praxis-Ideen berücksichtigen allesamt die speziellen Bewegungs-Bedürfnisse der HerzpatientInnen in den Herzgruppen.</p> <p>Dieser Kurs ist nur für Teilnehmende buchbar, die über einen Internet-Zugang und eine eigene E-Mail-Adresse verfügen und mit dem Umgang von PC und Internet vertraut sind.</p> <p><b>InhaberInnen von BVS-Lizenzen empfehlen wir für die Lizenzverlängerung die Kurse: 0425-F1 oder 1525-F1 (je 8UE, Online) in Kombination mit einem weiteren Kurs über 8UE in Präsenz, Kurs 0625-F2 (Online/Präsenz) oder alle Präsenzkurse mit 15UE.</b></p> <p><i>Dieser Kurs entspricht dem Kurs 1624-F2</i></p>				
<b>1525-F1</b>	Theorie- und Praxis-Impulse für Herzgruppen	E-Learning 8 UE	1.9. – 30.9.25 <i>Bearbeitungszeitraum</i> Anzahl Plätze: 30	Dr. Petra Meyer-Pffaffel
<p><b>Kursbeschreibung 1525-F1:</b></p> <p>Diese komplett virtuelle Fortbildung bietet in kleinerem Umfang eine Palette an Impulsen für das Arbeiten in Herzgruppen. Sie frischt einerseits theoretisches Wissen zu relevanten Themen bzgl. des therapeutischen Arbeitens mit HerzpatientInnen auf und bietet zugleich Praxis-Anregungen für die Gestaltung von Herzgruppen-Stunden. Die Praxis-Inhalte sind in Videoclips beschrieben (<i>jedoch keine Demo-Videos, die die konkrete Durchführung in der Halle zeigen!</i>), werden zusätzlich in Form von Praxis-Skripten, in denen die Praxis-Inhalte schriftlich dargelegt sind, zur Verfügung gestellt und können bei Bedarf heruntergeladen werden.</p> <p>Die Praxis-Ideen berücksichtigen allesamt die speziellen Bewegungs-Bedarfe der Herzpatienten in den Herzgruppen.</p> <p>Dieser Kurs ist nur für Teilnehmende buchbar, die über einen Internet-Zugang und eine eigene E-Mail-Adresse verfügen und mit dem Umgang von PC und Internet vertraut sind.</p> <p><b>InhaberInnen von BVS-Lizenzen empfehlen wir für die Lizenzverlängerung die Kurse: 0425-F1 oder 1525-F1 (je 8UE, Online) in Kombination mit einem weiteren Kurs über 8UE in Präsenz, Kurs 0625-F2 (Online/Präsenz) oder alle Präsenzkurse mit 15UE.</b></p> <p><i>Dieser Kurs entspricht dem Kurs 1724-F1</i></p>				

<b>1625-F2</b>	Know-How für <b>Herzinsuffizienzgruppen</b> Qualifikationsfortbildung <b>HerzinsuffizienztrainerIn</b> (DGPR)	Präsenz Bernried/ Höhenried 15 UE	5.9. – 6.9.25 Anzahl Plätze: 20	Dr. med. Christa Bongarth
<p><b>Kursbeschreibung 1625-F2:</b></p> <p>Auch für PatientInnen mit fortgeschrittener Herzinsuffizienz ist ein moderates körperliches Training durchführbar. Diese Fortbildung nimmt diese Zielgruppe in den Blick, schult ÜbungsleiterInnen für den Umgang mit diesen Patienten in Herzinsuffizienzgruppen und vermittelt in Theorie und Praxis Kompetenz zur Gestaltung von Übungsstunden.</p> <p>Basis der Fortbildung stellen die von der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation (DGPR) neu erarbeiteten Maßgaben für das Arbeiten in Herzinsuffizienzgruppen und das darauf ausgerichtete DGPR-Curriculum „Herzinsuffizienztrainer/DGPR“ dar.</p> <p><b>Das Besondere an diesem Kurs: Nach vollständiger Teilnahme an diesem Kurs erhalten Sie die Lizenz „HerzinsuffizienztrainerIn/DGPR“. Mit dieser ÜbungsleiterInnen-Qualifikation können Sie eine Herzinsuffizienzgruppe leiten. Aber auch für die „normale“ Herzgruppe ist das in der Fortbildung vermittelte Wissen ein Gewinn und schult im Umgang mit eher weniger belastbaren Herzgruppenteilnehmenden.</b></p> <p><i>Dieser Kurs entspricht den Kursen 0524-F2 und 1824-F2 sowie 0923-F2 und 1723-F2</i></p>				
<b>1725-F1</b>	Vielseitigkeit in der Herzgruppe	Präsenz Merching 8 UE	20.9.25 Anzahl Plätze: 30	Brigitte Glas
<p><b>Kursbeschreibung 1725-F1:</b></p> <p>Diese Fortbildung gibt ÜbungsleiterInnen von Herzgruppen eine vielseitige Auswahl an Übungen und Spielen mit zahlreichen Variationen an die Hand, die zum Training von Ausdauer, Kraft und Koordination in die Herzsport-Stunde zum Einsatz kommen können.</p>				

<b>1825-F2</b>	<b>COPD – Begleiterkrankungen in Herzgruppen</b> Qualifizierungsfortbildung Innere Medizin: <b>COPD – ÜbungsleiterIn</b>	Präsenz Donaustauf 15 UE	26.9. – 27.9.25 Anzahl Plätze: 15	Prof. Dr. med. Maximilian Malfertheiner
<p><b>Kursbeschreibung 1825-F2:</b></p> <p>Herzgruppenleitende sind in ihren Gruppen immer wieder mit Teilnehmern konfrontiert, die nicht nur herzkrank sind, sondern auch unter <b>chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD)</b> leiden. Dieser Kurs setzt an dieser Erkenntnis an und unterstützt so die HerzgruppenleiterInnen, betroffene Personen in ihrer Herzgruppe angemessen zu betreuen.</p> <p>In diesem Kurs geht es darum, den Übungsleitenden Handlungskompetenz für chronisch Lungenerkrankte zu vermitteln. Diese besteht aus atemphysiotherapeutischen Maßnahmen, die leicht in Gruppen umzusetzen sind, krankheitspezifisches Ausdauer- und Krafttraining sowie Basiswissen zu Schulungs- und Edukationsinhalten („Krankheitsmanagement“) bei COPD.</p> <p><b>Das Besondere an diesem Kurs: Nach vollständiger Teilnahme über die 15 UE erhalten Sie die ÜbungsleiterInnen-Lizenz der Herz-LAG Bayern zur Leitung von Rehasport-Gruppen mit der Indikation COPD.</b></p> <p><b>Bitte beachten Sie: Die Kursinhalte thematisieren v. a. das Krankheitsbild COPD!</b></p>				

Quartal 4/25				
<b>1925-F2</b>	<b>Diabetes mellitus –</b> Begleiterkrankungen in Herzgruppen Qualifizierungsfortbildung Innere Medizin: <b>Diabetes mellitus –</b> <b>ÜbungsleiterIn</b>	Präsenz Prien am Chiemsee 15 UE	10.10. – 11.10.25 Anzahl Plätze: 25	Dr. med. Inga Jahn
<p><b>Kursbeschreibung 1925-F2:</b></p> <p>Der Herzgruppen-Alltag zeigt, dass viele Herzgruppen-Teilnehmende nicht nur herzkrank sind, sondern oft auch unter <b>Diabetes mellitus</b> leiden. Dieser Kurs setzt an dieser Erkenntnis an und unterstützt so die Herzgruppenleitenden, betroffene Personen in ihrer Herzgruppe angemessen zu betreuen.</p> <p>Der Kurs beinhaltet die Vermittlung medizinischer Aspekte zu Diabetes mellitus und thematisiert auch, womit Betroffene umzugehen und worauf HerzgruppenleiterInnen theoretisch und praktisch zu achten haben, wenn DiabetikerInnen unter ihren Herzgruppenteilnehmenden sind. Auch praktische Einheiten sind vorgesehen.</p> <p><b>Das Besondere an diesem Kurs: Nach vollständiger Teilnahme an diesem Kurs erhalten Sie die ÜbungsleiterInnen-Lizenz der Herz-LAG Bayern zur Leitung von Rehasport-Gruppen mit der Indikation Diabetes mellitus.</b></p> <p><b>Bitte beachten Sie: Die Kursinhalte dieser Fortbildung thematisieren v.a. das Krankheitsbild der Diabetes mellitus!</b></p> <p><i>Dieser Kurs entspricht im Wesentlichen den Kursen 2124-F2 und 2023-F2</i></p>				
<b>2025-F2</b>	Herz und Psyche – verhaltensmedizinische Konzepte für Herzgruppen	Präsenz Bayerisch Gmain 15 UE	17.10. – 18.10.25 Anzahl Plätze: 23	Dr. med. Sebastian Göbel
<p><b>Kursbeschreibung 2025-F2:</b></p> <p>Im Rahmen dieser Fortbildung erfolgt zunächst eine umfassende Einführung in das Thema Herzinsuffizienz (Pathophysiologie, neueste Evidenz-basierte Therapiekonzepte inkl. Nachsorgeprogramme und Einführung in die Bedeutung psychischer Komorbiditäten).</p> <p>Aufgrund der Bedeutung der psychischen Komorbiditäten bei PatientInnen mit kardiovaskulären Erkrankungen (am Beispiel der Herzinsuffizienz diskutiert) ist eine interdisziplinäre Betreuung dieser PatientInnen von zunehmender Bedeutung.</p> <p>Diesbezüglich wird den KursteilnehmerInnen im Rahmen der Fortbildung das, am Klinikstandort Hochstaufen, etablierte verhaltensmedizinische Konzept (ähnlich der Psychokardiologie) dargestellt.</p> <p>Zusammenfassend bietet die Verhaltensmedizin ein integriertes Behandlungskonzept für PatientInnen, die einerseits an einer Herzerkrankung (z.B. koronare Herzerkrankung, Herzrhythmusstörungen) leiden – und gleichzeitig von einer seelischen Erkrankung (z.B. Depression, Angsterkrankung, Belastungsreaktion) oder sozialen Belastung betroffen sind.</p>				

Im Mittelpunkt der Behandlung steht die Erarbeitung eines individuellen Krankheitskonzeptes. Die genauen Strukturen dieses Konzepts werden den ÜbungsleiterInnen von Herzgruppen während der Fortbildung sowohl theoretisch als auch in Form von Fallbeispielen nähergebracht.

<b>2125-F2</b>	Trainingsvielfalt in Herzgruppen – Bewährtes modifizieren, Neues gestalten	Präsenz Bad Füssing 15 UE	25.10. – 26.10.25 Anzahl Plätze: 39	Gabi Eichner
----------------	--	---------------------------------	--	--------------

**Kursbeschreibung 2125-F2:**

In dieser Fortbildung werden bekannte und bewährte Übungsformen mit neuen Impulsen modifiziert und neue Trainingsmöglichkeiten für Teilnehmer und TeilnehmerInnen an Herzgruppen gestaltet. Es werden abwechslungsreiche Inhalte in parallelen Kursen – die zu Beginn der Fortbildung gewählt werden – angeboten, um ein breites Angebot für HerzgruppenleiterInnen zu gewährleisten. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer findet mit Sicherheit etwas für sich und für die Arbeit in Herzgruppen.

<b>2225-F2</b>	<b>COPD – Begleiterkrankungen</b> in Herzgruppen Qualifizierungsfortbildung Innere Medizin: <b>COPD –</b> <b>ÜbungsleiterIn</b>	Präsenz Bad Reichenhall 15 UE	15.11. – 16.11.25 Anzahl Plätze: 12	Matthias Limbach
----------------	---	--	--	---------------------

**Kursbeschreibung 2225-F2:**

Herzgruppenleitende sind in ihren Gruppen immer wieder mit Teilnehmern konfrontiert, die nicht nur herzkrank sind, sondern auch unter **chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD)** leiden. Dieser Kurs setzt an dieser Erkenntnis an und unterstützt so die HerzgruppenleiterInnen, betroffene Personen in ihrer Herzgruppe angemessen zu betreuen.

In diesem Kurs geht es darum, den Übungsleitenden Handlungskompetenz für chronisch Lungenerkrankte zu vermitteln. Diese besteht aus atemphysiotherapeutischen Maßnahmen, die leicht in Gruppen umzusetzen sind, krankheitspezifisches Ausdauer- und Krafttraining sowie Basiswissen zu Schulungs- und Edukationsinhalten („Krankheitsmanagement“) bei COPD.

**Das Besondere an diesem Kurs: Nach vollständiger Teilnahme über die 15 UE erhalten Sie die ÜbungsleiterInnen-Lizenz der Herz-LAG Bayern zur Leitung von Rehasport-Gruppen mit der Indikation COPD.**

**Bitte beachten Sie: Die Kursinhalte thematisieren v. a. das Krankheitsbild COPD!**

**Herz-LAG Bayern: Ausbildungslehrgänge 2025**  
**HERZGRUPPENLEITER/IN (DGPR) – INNERE MEDIZIN**

**1. Halbjahr 2025**

<b>A1-25</b>	Herzgruppenübungsleitung (DGPR) – Innere Medizin 120 UE	E-Learning/ Präsenz	Bad Füssing Anzahl Plätze: 20	Dr. med. Christine Göser Gabi Eichner
--------------	---	------------------------	-------------------------------------	---

**Ausbildungsbeschreibung A1-25:**

Die TeilnehmerInnen werden umfassend in den Lernbereichen:

- Rehabilitation mit den Mitteln des Sports,
- Rehabilitative Zielebenen des Sports in Herzgruppen,
- Sport in Herzgruppen planen, durchführen und auswerten sowie
- Organisatorische Aspekte des Angebots „Herzgruppe“

von akademisch ausgebildeten und/oder klinisch erfahrenen Lehrteams ausgebildet, um als qualifizierte Herzgruppenleitende zu arbeiten.

Die Ausbildungen der Herz-LAG Bayern decken in 120 UE inhaltlich die gesamte Innere Medizin ab. Daher erhalten die AbsolventInnen dieser Kurse mit erfolgreichem Bestehen neben dem Übungsleiterschein zur Leitung von Herzgruppen zusätzlich auch die Übungsleiterscheine für die Leitung von Diabetes-, Lungen- und Gefäßsportgruppen.

Alle Ausbildungen sind semivirtuell angelegt. Das bedeutet, dass Lerneinheiten auch im eLearning, also von zuhause aus online über den PC, absolviert werden müssen. Dazu werden auf der Online-Lernplattform der Herz-LAG Bayern Inhalte eingestellt, zu denen die KursteilnehmerInnen einen Zugang erhalten.

So können die Inhalte in flexibler Zeiteinteilung von zuhause aus bearbeitet werden. Zudem verkürzen sich dadurch die Präsenz-Zeiten beim Lehrgang vor Ort. Der Umgang mit der Online-Lernplattform ist unkompliziert und das Team der Herz-LAG unterstützt bei eventuellen Problemen.

Den Ausbildungen liegt das Curriculum **„HerzgruppenleiterIn DGPR – Innere Medizin“** der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen e.V. (DGPR) zugrunde und orientieren sich an den Vorgaben dieser medizinischen Fachgesellschaft.

Um an einem der Ausbildungs-Lehrgänge „HerzgruppenleiterIn und Rehasport-ÜbungsleiterIn Innere Medizin“ teilzunehmen, müssen Sie mindestens über eine der folgenden Qualifikationen verfügen:

- Diplom-SportwissenschaftlerIn
- B.A. / M.A. Sportwissenschaft
- B.SC. Wissenschaftliche Grundlagen des Sports
- PhysiotherapeutIn
- ErgotherapeutIn
- MasseurIn oder med. BademeisterIn
- ÜbungsleiterIn BLSV mit mind. der 1. Lizenzstufe
- AbsolventIn des Grundlagen-Blocks 10 des BVS Bayern

**Bitte beachten Sie des Weiteren:**

- Zur Anerkennung gehören auch der Nachweis von **5 Hospitationen** in Rehasportgruppen/Innere Medizin, davon mind. 3 Hospitationen in 2 verschiedenen Herzgruppen sowie der
- Nachweis über mind. 9 UE Erste-Hilfe (ext. Anbieter, in Präsenz, nicht älter als 24 Monate)
- die gesundheitliche Eignung.
- Sie müssen über eine gültige E-Mail-Adresse, einen Internet-Zugang und über einen PC/Laptop oder ein Tablet verfügen.

Anerkennung der Veranstaltungen für Fortbildungspunkte von Physiotherapeuten:

Die Herz-LAG weist für die Teilnahme an diesen Kursen jeweils 100 Fortbildungspunkte (FP) für Physiotherapeuten aus (vorbehaltlich der Prüfung und Anerkennung durch die gesetzliche Krankenversicherung)

**Terminübersicht A1-25**

<b>Online-Lernphase</b>	30.01. – 31.03.2025	Theorie-Module auf Herz-LAG Lernplattform in freier Zeiteinteilung, keine Live-Präsenz
<b>Präsenzteil 1</b>	13.03. – 16.03.2025	Präsenz in Bad Füssing
<b>Präsenzteil 2</b>	10.04. – 13.04.2025	Präsenz in Bad Füssing Abschlussprüfung
<b>Anmeldeschluss</b>	15.01.2025	
<b>Kursbeginn:</b>	30.01.2025	

## 2. Halbjahr 2025

<b>A2-25</b>	Herzgruppenübungsleitung (DGPR) – Innere Medizin 120 UE	E-Learning/ Präsenz	Höhenried/Bernried Anzahl Plätze: 20	Dr. med. Christa Bongarth Tina Schick
--------------	--	------------------------	---	---

### Ausbildungsbeschreibung A2-25:

Die TeilnehmerInnen werden umfassend in den Lernbereichen:

- Rehabilitation mit den Mitteln des Sports,
- Rehabilitative Zielebenen des Sports in Herzgruppen,
- Sport in Herzgruppen planen, durchführen und auswerten sowie
- Organisatorische Aspekte des Angebots „Herzgruppe“

von akademisch ausgebildeten und/oder klinisch erfahrenen Lehrteams ausgebildet, um als qualifizierte Herzgruppenleitende zu arbeiten.

Die Ausbildungen der Herz-LAG Bayern decken in 120 UE inhaltlich die gesamte Innere Medizin ab. Daher erhalten die AbsolventInnen dieser Kurse mit erfolgreichem Bestehen neben dem Übungsleiterschein zur Leitung von Herzgruppen zusätzlich auch die Übungsleiterscheine für die Leitung von Diabetes-, Lungen- und Gefäßsportgruppen.

Alle Ausbildungen sind semivirtuell angelegt. Das bedeutet, dass Lerneinheiten auch im eLearning, also von zuhause aus online über den PC, absolviert werden müssen. Dazu werden auf der Online-Lernplattform der Herz-LAG Bayern Inhalte eingestellt, zu denen die KursteilnehmerInnen einen Zugang erhalten.

So können die Inhalte in flexibler Zeiteinteilung von zuhause aus bearbeitet werden. Zudem verkürzen sich dadurch die Präsenz-Zeiten beim Lehrgang vor Ort. Der Umgang mit der Online-Lernplattform ist unkompliziert und das Team der Herz-LAG unterstützt bei eventuellen Problemen.

Den Ausbildungen liegt das Curriculum „**HerzgruppenleiterIn DGPR – Innere Medizin**“ der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen e.V. (DGPR) zugrunde und orientieren sich an den Vorgaben dieser medizinischen Fachgesellschaft.

Um an einem der Ausbildungs-Lehrgänge „HerzgruppenleiterIn und Rehasport-ÜbungsleiterIn Innere Medizin“ teilzunehmen, müssen Sie mindestens über eine der folgenden Qualifikationen verfügen:

- Diplom-SportwissenschaftlerIn
- B.A. / M.A. Sportwissenschaft
- B.SC. Wissenschaftliche Grundlagen des Sports
- PhysiotherapeutIn
- ErgotherapeutIn
- MasseurIn oder med. BademeisterIn
- ÜbungsleiterIn BLSV mit mind. der 1. Lizenzstufe
- AbsolventIn des Grundlagen-Blocks 10 des BVS Bayern



**Bitte beachten Sie des Weiteren:**

- Zur Anerkennung gehören auch der Nachweis von **5 Hospitationen** in Rehasportgruppen/Innere Medizin, davon mind. 3 Hospitationen in 2 verschiedenen Herzgruppen sowie der
- Nachweis über mind. 9 UE Erste-Hilfe (ext. Anbieter, in Präsenz, nicht älter als 24 Monate)
- die gesundheitliche Eignung.
- Sie müssen über eine gültige E-Mail-Adresse, einen Internet-Zugang und über einen PC/Laptop oder ein Tablet verfügen.

Anerkennung der Veranstaltungen für Fortbildungspunkte von Physiotherapeuten:

Die Herz-LAG weist für die Teilnahme an diesen Kursen jeweils 100 Fortbildungspunkte (FP) für Physiotherapeuten aus (vorbehaltlich der Prüfung und Anerkennung durch die gesetzliche Krankenversicherung)

**Terminübersicht A2-25**

<b>Online-Lernphase</b>	11.09. – 07.11.2025	Theorie-Module auf Herz-LAG Lernplattform in freier Zeiteinteilung, keine Live-Präsenz
<b>Präsenzteil 1</b>	26.10. – 31.10.2025	Präsenz in Höhenried
<b>Präsenzteil 2</b>	14.11. – 15.11.2025	Präsenz in Höhenried Abschlussprüfung
<b>Anmeldeschluss</b>	28.08.2025	
<b>Kursbeginn:</b>	11.09.2025	

Änderungen vorbehalten

Stand: 27.11.2024