



E-Mail Newsletter

6. FEBRUAR 2026

AUSGABE **02** / 2026

Ambulante Herzsportgruppe Sigma- ringen e.V.

Am Riedbaum 23
72488 Sigmaringen

Telefon
07571 – 5 25 00

Fax
07571 – 6 36 44

E-Mail
herzsport.sigmaringen@t-online.de

Internet:
<https://www.herzsport-sig.de>

Vereinsregister
VR 710551, AG Ulm

Bankverbindung
VR Bank
Donau-Oberschwaben eG
IBAN: **DE88650930200042600006**
BIC: **GENODES1SLG**

Unsere Gläubiger-Id:
DE67HSG00000141256



Impressum

Ambulante Herzsportgruppe
Sigmaringen e.V.
K.H. Behrendt, 1. Vorsitzender
Am Riedbaum 23
D-72488 Sigmaringen
Telefon: 07571/5 25 00
Fax: 07571/6 36 44
Zentrales Vereinsregister Ulm,
VR 710551

Web: www.herzsport-sig.de
Falls Sie den Newsletter abbe-
stellen möchten, schreiben Sie
uns eine Mail an
herzsport.sigmaringen@t-online.de

Nächste Termine „Herzsport-Wandergruppe“

Wie bekannt findet immer am Beginn jeden Monats für unsere Vereinsmitglieder unsere „Herzsport-Wandergruppe“ statt. Hierzu sind auch deren Angehörige mit eingeladen.

Nächster Termin am Montag, 2.03.2026; Treffpunkt 14 Uhr: Sportgaststätte Gorheim (beim Stadion). Interessante ebene Tour durch den Nordwesten der Stadt Sigmaringen mit anschließender Einkehr in der Stadion-Gaststätte!

Für die Herzsport-Wanderer gibt es eine WhatsApp-Gruppe !

Wer dieser Gruppe beitreten will, meldet sich bei Hermann Dreher, **Tel.: 0173 659 1407.**

Der 1. Monat ist schon vorbei und die Fasnetsferien stehen vor der Türe. Vom 12. Bis



einschließlich 20. Februar müssen wir schon wieder pausieren. Am Dienstag, 24. Februar geht es dann wieder weiter mit unseren Gesundheitsbemühungen. Bei dieser Gelegenheit wünschen wir euch allen eine glückselige Fasnet, die ihr hoffentlich gesund und munter übersteht, bevor dann Ende März eine weitere Pause für die Osterferien sich ankündigt. Bis dahin werden sich hoffentlich auch die derzeit noch grassierenden Erkältungssymptome verringern, so dass einer zahlreicheren Teilnahme an unseren Herz-

sportabenden nichts mehr im Wege steht. Den derzeit noch Leidenden und anderen Rekonvalszenten sei an dieser Stelle gute und zügige Besserung gewünscht. Auf jeden Fall geht es nun wieder mit viel Elan an neue Spiele und Konzentrationsübungen, Gymnastiken und Bewegungstrainings-Einheiten. Unsere Übungsleiterinnen werden immer wieder etwas Neues bringen und nicht ruhen, euch zu bewegen. Zu eurer Unterstützung sind wir gerade dabei, Pulsoximeter für die Übungsstunden zu beschaffen, damit ihr es bei den Pulskontrollen etwas leichter habt...

Damit **in diesem Sinne: Herz, Herz, bleib fit!**

Euer Karl-Heinz Behrendt

Übrigens ...

Unsere Internetseite <https://www.herzsport-sig.de> enthält außer dem aktuellen Terminplan weitere Informationen und Hinweise.

Telefonischer Gruppenkontakt: Erika Trusch, Mobil 0152 0357 7390.

Terminvormerkungen und Sonstiges

Fasnetsferien vom 12. bis 20. Februar 2026!

Der Mitglieder-Beitragseinzug ist wie immer für den Februar vorgesehen!
Änderungen von Banken unbedingt mitteilen!

Versicherte der **AOK** und **BBK ZF & Partner** benötigen bei korrekt erstellter Herzsport-Verordnung 56 durch den Arzt keine gesonderte Genehmigung mehr von diesen beiden Kassen. Sie können ihre Verordnung direkt bei uns zur weiteren Sport-Teilnahme abgeben. Eigene Unterschrift nicht vergessen! **Versicherte aller anderen Kassen benötigen weiterhin ihre gesonderte Genehmigung!**

Änderungen im Versichertenverhältnis bzw. bei den Versicherten-Ausweisen bitte immer unbedingt zügig mitteilen! Ebenso natürlich Änderungen bei Adressen, Telefon-Anschlüssen und Bankverbindungen.