



E-Mail Newsletter

10. MÄRZ 2026

AUSGABE **03** / 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 ab-
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, 13.04.2026; Treffpunkt 14 Uhr: Brigelhof, Kreenheinstetten. Wanderung zum Bandfelsen oder Ähnliches mit anschließender Einkehr im Brigel-Hof.

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

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



Der 3. Monat hat begonnen und schon haben wir eine Rekordteilnahme in der Gruppe 2 vom Dienstag zu melden: Die maximal zulässige Teilnehmerzahl von 20 wurde am 3. März tatsächlich protokolliert. Da ja immer ein paar Teilnehmer fehlen, haben wir ja in jeder Gruppe bis zu 25 Namen fest verplant, wobei in diesem Fall tatsächlich 5 weitere hätten nicht teilnehmen können. Also bedeutet das auch, wer pünktlich da ist, passt auf jeden Fall in die ersten 20. Mit dem beginnenden Frühjahr ist natürlich auch wieder mit manchen gesundheitlichen Beeinträchtigungen zu rechnen, weshalb es angeraten ist, seine verordneten Medikamente nicht nur pünktlich und zuverlässig zu nehmen, sondern auch auf Blutdruck und übermäßige Belastungen zu achten. Aus gegebenem Anlass möchte

ich auch darauf hinweisen, dass speziell Herzpatienten immer eine Kopie ihres aktuellen Medikamentenplanes bei sich führen sollten. Dasselbe gilt natürlich auch für den Patientenausweis für Schrittmacher und Defibrillatoren. Wir wollen ja schließlich alle gut und schnell versorgt sein.

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

Osterferien vom 30.März bis 12. April 2026!

Der Mitglieder-Beitragseinzug findet in den nächsten 2 Wochen statt.

Belegrechnung nur auf Anforderung! Wie bekannt ist der Mitgliedsbeitrag weiter spendenabzugsfähig.

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.