



E-Mail Newsletter

16. SEPTEMBER 2026

AUSGABE **09** / 2026

Ambulante Herzsportgruppe Sigmaringen 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 abbestellen 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, 5.10.2026; Treffpunkt 14 Uhr: Brigel-Hof, Langenhart.
Leichte, ebene Wanderung auf der Hochfläche 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**.

Die Sommerferien sind vorbei und die Sportabende haben wieder begonnen ...



Eigentlich wollten wir uns ja alle gesund und munter wiedertreffen, aber bei ein paar wenigen hat das dann doch nicht geklappt, so dass sie sogar einen Klinikaufenthalt hinter sich bringen mussten. Von unserem Mitglied Lothar Baumann gar mussten wir uns am 11. September für immer verabschieden; er ist einfach nicht mehr aufgewacht. Ein lieber, stets gut aufgelegter und freundlicher Kamerad hat uns leider viel zu früh verlassen müssen. Wir werden ihn in guter Erinnerung behalten und wünschen seiner Familie viel Kraft in dieser schweren Zeit. Das erinnert uns aber auch daran, wie wichtig einerseits die akkurate Einnahme der uns verordneten Medikamente, andererseits auch die

regelmäßige sportliche Betätigung ist. Eine regelmäßige Kontrolle des Blutdrucks und des Pulses hilft außerdem, frühzeitig Änderungen zu erkennen und dann auch vielleicht mit einem Arztbesuch zwischendurch das Wohlbefinden zu sichern. Dass eine regelmäßige sportliche Betätigung in der Herzsportgruppe äußerst positive Auswirkung auf die Gesundheit hat, beweisen nicht nur Mitglieder, die inzwischen bis zu 25 Jahren bei uns sind.

„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

Beginn nach den Ferien: Dienstag, 15.9., 18 und 19 Uhr sowie Freitag, 18.9.2026, 18:30 Uhr!

Versicherte der **AOK** und **BBK ZF & Partner** benötigen weiterhin 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 Änderungen bei Adressen, Telefon-Anschlüssen und Bankverbindungen.