E-Mail Newsletter

11. NOVEMBER 2026

AUSGABE 11 / 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, 7.12.2026; Treffpunkt 14 Uhr: Wanderparkplatz Gutenstein (rechts beim Kaffee Abzweig Gutenstein). Wanderung auf der Höhe zum Teufels Loch. Anschließende Einkehr im Brigelshof.

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

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



Das Jahr schreitet machtvoll vorwärts und schon wieder ist es November. Ein heißer Sommer liegt hinter uns und was der Winter bringen wird, wissen wir noch nicht. Eins aber ist sicher: Unseren inneren „Schweinehund“ wollen und werden wir besiegen. Mit Sport und Ehrgeiz unsere Gesundheit zu verbessern gehen wir in die Winterzeit. Es wäre doch gelacht, wenn wir einer lauernden Erkältung oder gar Grippe nicht trotzen könnten, indem wir durch Grippeschutzimpfung und vorbeugendem Verhalten die Chancen klein halten, dass es uns erwischt. Allzu enge Kontakte vermeiden, Händeschütteln vielleicht etwas einschränken sind die halbe Miete. Und wer hätte es gedacht: Regelmäßige Bewegung, nicht nur beim Sport, hält Geist und Körper gesund!

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

Jahresabschlussfeier am 04.12.2026 in der Krone, Sigmaringen-Unterschmeien.

Anmeldungen gemäß Einladungen bis spätestens Freitag, 20. November !!!

Per Email oder auch an 0152 03577 390, 0172 8655 124 und 0162 2365 468!

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.***