

Ambulante kardiale Rehabilitation

Termine: Gruppe 1

Januar 2025

Mittwoch, 01.01.2025

Feiertag keine Reha

Freitag, 03.01.2025

08.15 – 08.50 Ergometer

09.00 – 09.35 Gymnastik / Entspannung

Montag, 06.01.2025

Feiertag keine Reha

Mittwoch, 08.01.2025

08.15 – 08.55 Kraftraum

09.00 – 09.40 Wasser

Freitag, 10.01.2025

08.15 – 09.15 Outdoor-Training

09.15 – 10.15 Vortrag Ernährungsberatung: Gesundes Körpergewicht: Vertiefung zum Thema Nahrungsfette

Montag, 13.01.2025

08.15 – 08.50 Ergometer

09.00 – 09.35 Gymnastik / Entspannung

Mittwoch, 15.01.2025

08.15 – 08.55 Kraftraum

09.00 – 09.40 Wasser

Freitag, 17.01.2025

08.15 – 08.50 Ergometer

09.00 – 09.35 Gymnastik / Entspannung

Montag, 20.01.2025

08.15 – 08.50 Ergometer

09.00 – 09.35 Gymnastik / Entspannung

Dienstag, 21.01.2025

17.00 – 17.45 Arztvortrag: Risikofaktoren, Referentin: Dr. med. K. Khattab

18.00 – 18.45 Arztvortrag: Auswirkungen von Stress auf das Herz, Referentin: Dr. med. K. Khattab

Mittwoch, 22.01.2025

08.15 – 08.55 Kraftraum

09.00 – 09.40 Wasser

Freitag, 24.01.2025

08.15 – 08.50 Ergometer

09.00 – 09.35 Herz yoga

Montag, 27.01.2025

08.15 – 08.50 Ergometer

09.00 – 09.35 Gymnastik / Entspannung

Mittwoch, 29.01.2025

08.15 – 08.55 Kraftraum

09.00 – 09.40 Wasser

Freitag, 31.01.2025

08.15 – 08.50 Ergometer

09.00 – 09.35 Herzyoga

Wichtige Kurzinformationen

Wo findet die ambulante Rehabilitation statt?

Farblegende zu Terminplan:

Cardiance Clinic
Zentrum Staldenbach 5/7, CH-8808 Pfäffikon SZ

Medaction
Huobstrasse 5, CH-8808 Pfäffikon SZ
(Schwimmbad und Kraftraum)

Dauer der Rehabilitation

Das Training findet dreimal pro Woche statt, über einen Zeitraum von 12 Wochen.

Was muss ich mitbringen?

Bequeme Sportkleidung/-schuhe
(für drinnen oder draussen)
Trinkflasche
Kleines Handtuch
Badetuch, Duschsachen
Badekleidung (bei Training im Wasser)
2.- Fr. Stück für Schliessfach (Medaction)

Wo kann ich parkieren?

Bei der Cardiance Clinic sind die Parkplätze in der Tiefgarage nur in geringer Zahl vorhanden und reserviert für Patienten, die zu ambulanten Eingriffen kommen. Am Bahnhof sind jedoch genügend öffentliche Parkplätze vorhanden. In der Praxis für Physiotherapie (Medaction) sind Parkplätze in der Tiefgarage des Hauses vorhanden.

Vorträge und Informationsveranstaltungen

Arztvorträge, Vorträge der Kardiopsychologie und Ernährungsberatung sind ein wichtiger Teil der Reha.

Fakultative Beratungen: Es bieten Ihnen gerne auch die Möglichkeit für Einzelberatungen und individuelle Unterstützung während der Reha an in den Bereichen Ernährung, Rauchstopptraining und kardiopsychologische Beratung. Diese Angebote werden in der Eintrittsuntersuchung mit Ihnen besprochen, wenn es um die Festlegung ihrer individuellen Rehabilitationsziele geht.

Ferien und Absenzen

Ferienabwesenheiten:

Sollten Sie bereits vor Antritt der ambulanten kardialen Rehabilitation Ferien gebucht haben, besprechen Sie bitte im ärztlichen Eintrittsgespräch, ob Sie aus medizinischer Sicht die Reise antreten können. Falls erforderlich helfen wir Ihnen gerne mit einem ärztlichen Zeugnis für die Reiserücktrittsversicherung.

Abrechnung und Fehlzeiten:

In der Regel beantragen wir vor Beginn der ambulanten kardialen Rehabilitation für Sie eine Kostengutsprache bei Ihrer Krankenkasse. Alle Leistungen der Rehabilitation (Ernährungsberatung, Physiotherapie, ärztliche Untersuchungen und Betreuung) werden einzeln abgerechnet und sind in der Kostengutsprache enthalten. Da die Plätze in der Reha begrenzt sind und entsprechend für die Teilnehmer reserviert werden bitten wir Sie unser Sekretariat rechtzeitig zu informieren, falls Sie krank oder verhindert sind. Wir behalten uns vor bei unentschuldigtem Fehlen Ihnen die Leistungen der Trainingseinheiten und individuellen Beratungen in Rechnung zu stellen.

Wenn Sie aus besonderen Gründen (Krankheit, Ferien) ganze Wochen nicht teilnehmen können, kann nach Rücksprache mit uns diese Zeit allenfalls nachgeholt werden. Dafür muss jedoch die Genehmigung Ihrer Krankenkasse erneut eingeholt werden (in der Regel durch den Patienten/ die Patientin).

Kontakt

Frau Joëlle Wyss
j.wyss@cardiance.com
052 303 47 47
info@cardiance.com

Ambulante kardiale Rehabilitation

Termine: Gruppe 2

Januar 2025

Mittwoch, 01.01.2025

Feiertag keine Reha

Freitag, 03.01.2025

09.00 – 09.35 Ergometer

09.45 – 10.20 Gymnastik / Entspannung

Montag, 06.01.2025

Feiertag keine Reha

Mittwoch, 08.01.2025

08.55– 09.35 Kraftraum

09.40 – 10.20 Wasser

Freitag, 10.01.2025

08.15 – 09.15 Outdoor-Training

09.15 – 10.15 Vortrag Ernährungsberatung: Herzgesund geniessen. Vertiefung zum Thema Nahrungsfette

Montag, 13.01.2025

09.00 – 09.35 Ergometer

09.45 – 10.20 Gymnastik / Entspannung

Mittwoch, 15.01.2025

08.55– 09.35 Kraftraum

09.40 – 10.20 Wasser

Freitag, 17.01.2025

09.00 – 09.35 Ergometer

09.45 – 10.20 Gymnastik / Entspannung

Montag, 20.01.2025

09.00 – 09.35 Ergometer

09.45 – 10.20 Gymnastik / Entspannung

Dienstag, 21.01.2025

17.00 – 17.45 Arztvortrag: Risikofaktoren, Referentin: Dr. med. K. Khattab

18.00 – 18.45 Arztvortrag: Auswirkungen von Stress auf das Herz, Referentin: Dr. med. K. Khattab

Mittwoch, 22.01.2025

08.55– 09.35 Kraftraum

09.40 – 10.20 Wasser

Freitag, 24.01.2025

09.00 – 09.35 Ergometer

09.45 – 10.20 Herz yoga

Montag, 27.01.2025

09.00 – 09.35 Ergometer

09.45 – 10.20 Gymnastik / Entspannung

Mittwoch, 29.01.2025

08.55– 09.35 Kraftraum

09.40 – 10.20 Wasser

Freitag, 31.01.2025

09.00 – 09.35 Ergometer

09.45 – 10.20 Herzyoga

Wichtige Kurzinformationen

Wo findet die ambulante Rehabilitation statt?

Farblgende zu Terminplan:



Cardiance Clinic

Zentrum Staldenbach 5/7, CH-8808 Pfäffikon SZ



Medaction

Huobstrasse 5, CH-8808 Pfäffikon SZ
(Schwimmbad und Kraftraum)

Dauer der Rehabilitation

Das Training findet dreimal pro Woche statt, über einen Zeitraum von 12 Wochen.

Was muss ich mitbringen?

Bequeme Sportkleidung/-schuhe

(für drinnen oder draussen)

Trinkflasche

Kleines Handtuch

Badetuch, Duschsachen

Badekleidung (bei Training im Wasser)

2.- Fr. Stück für Schliessfach (Medaction)

Wo kann ich parkieren?

Bei der Cardiance Clinic sind die Parkplätze in der Tiefgarage nur in geringer Zahl vorhanden und reserviert für Patienten, die zu ambulanten Eingriffen kommen. Am Bahnhof sind jedoch genügend öffentliche Parkplätze vorhanden. In der Praxis für Physiotherapie (Medaction) sind Parkplätze in der Tiefgarage des Hauses vorhanden.

Vorträge und Informationsveranstaltungen

Arztvorträge, Vorträge der Kardiopsychologie und Ernährungsberatung sind ein wichtiger Teil der Reha.

Fakultative Beratungen: Es bieten Ihnen gerne auch die Möglichkeit für Einzelberatungen und individuelle Unterstützung während der Reha an in den Bereichen

Ernährung, Rauchstopptraining und kardiopsychologische Beratung. Diese Angebote werden in der Eintrittsuntersuchung mit Ihnen besprochen, wenn es um die Festlegung ihrer individuellen Rehabilitationsziele geht.

Ferien und Absenzen

Ferienabwesenheiten:

Sollten Sie bereits vor Antritt der ambulanten kardialen Rehabilitation Ferien gebucht haben, besprechen Sie bitte im ärztlichen Eintrittsgespräch, ob Sie aus medizinischer Sicht die Reise antreten können. Falls erforderlich helfen wir Ihnen gerne mit einem ärztlichen Zeugnis für die Reiserücktrittsversicherung.

Abrechnung und Fehlzeiten:

In der Regel beantragen wir vor Beginn der ambulanten kardialen Rehabilitation für Sie eine Kostengutsprache bei Ihrer Krankenkasse. Alle Leistungen der Rehabilitation (Ernährungsberatung, Physiotherapie, ärztliche Untersuchungen und Betreuung) werden einzeln abgerechnet und sind in der Kostengutsprache enthalten. Da die Plätze in der Reha begrenzt sind und entsprechend für die Teilnehmer reserviert werden bitten wir Sie unser Sekretariat rechtzeitig zu informieren, falls Sie krank oder verhindert sind. Wir behalten uns vor bei unentschuldigtem Fehlen Ihnen die Leistungen der Trainingseinheiten und individuellen Beratungen in Rechnung zu stellen.

Wenn Sie aus besonderen Gründen (Krankheit, Ferien) ganze Wochen nicht teilnehmen können, kann nach Rücksprache mit uns diese Zeit allenfalls nachgeholt werden. Dafür muss jedoch die Genehmigung Ihrer Krankenkasse erneut eingeholt werden (in der Regel durch den Patienten/ die Patientin).

Kontakt

Frau Joëlle Wyss

j.wyss@cardiance.com

052 303 47 47

info@cardiance.com

Ambulante kardiale Rehabilitation

Termine: Gruppe 3

Januar 2025

Mittwoch, 01.01.2025

Feiertag keine Reha

Freitag, 03.01.2025

09.50 – 10.25 Ergometer

10.35 – 11.10 Gymnastik / Entspannung

Montag, 06.01.2025

Feiertag keine Reha

Mittwoch, 08.01.2025

09.35 – 10.15 Kraftraum

10.20 – 10.55 Wasser

Freitag, 10.01.2025

08.15 – 09.15 Outdoor-Training

09.15 – 10.15 Vortrag Ernährungsberatung: Herzgesund geniessen. Vertiefung zum Thema Nahrungsfette

Montag, 13.01.2025

09.50 – 10.25 Ergometer

10.35 – 11.10 Gymnastik / Entspannung

Mittwoch, 15.01.2025

09.35 – 10.15 Kraftraum

10.20 – 10.55 Wasser

Freitag, 17.01.2025

09.50 – 10.25 Ergometer

10.35 – 11.10 Gymnastik / Entspannung

Montag, 20.01.2025

09.50 – 10.25 Ergometer

10.35 – 11.10 Gymnastik / Entspannung

Dienstag, 21.01.2025

17.00 – 17.45 Arztvortrag: Risikofaktoren, Referentin: Dr. med. K. Khattab

18.00 – 18.45 Arztvortrag: Auswirkungen von Stress auf das Herz, Referentin: Dr. med. K. Khattab

Mittwoch, 22.01.2025

09.35 – 10.15 Kraftraum

10.20 – 10.55 Wasser

Freitag, 24.01.2025

09.50 – 10.25 Ergometer

10.35 – 11.10 Herzyoga

Montag, 27.01.2025

09.50 – 10.25 Ergometer

10.35 – 11.10 Gymnastik / Entspannung

Mittwoch, 29.01.2025

09.35 – 10.15 Krafraum

10.20 – 10.55 Wasser

Freitag, 31.01.2025

09.50 – 10.25 Ergometer

10.35 – 11.10 Herzyoga

Wichtige Kurzinformationen

Wo findet die ambulante Rehabilitation statt?

Farblegende zu Terminplan:



Cardiance Clinic

Zentrum Staldenbach 5/7, CH-8808 Pfäffikon SZ



Medaction

Huobstrasse 5, CH-8808 Pfäffikon SZ
(Schwimmbad und Krafraum)

Dauer der Rehabilitation

Das Training findet dreimal pro Woche statt, über einen Zeitraum von 12 Wochen.

Was muss ich mitbringen?

Bequeme Sportkleidung/-schuhe

(für drinnen oder draussen)

Trinkflasche

Kleines Handtuch

Badetuch, Duschsachen

Badekleidung (bei Training im Wasser)

2.- Fr. Stück für Schliessfach (Medaction)

Wo kann ich parkieren?

Bei der Cardiance Clinic sind die Parkplätze in der Tiefgarage nur in geringer Zahl vorhanden und reserviert für Patienten, die zu ambulanten Eingriffen kommen. Am Bahnhof sind jedoch genügend öffentliche Parkplätze vorhanden. In der Praxis für Physiotherapie (Medaction) sind Parkplätze in der Tiefgarage des Hauses vorhanden.

Vorträge und Informationsveranstaltungen

Arztvorträge, Vorträge der Kardiopsychologie und Ernährungsberatung sind ein wichtiger Teil der Reha.

Fakultative Beratungen: Es bieten Ihnen gerne auch die Möglichkeit für Einzelberatungen und individuelle Unterstützung während der Reha an in den Bereichen Ernährung, Rauchstopptraining und kardiopsychologische Beratung. Diese Angebote

werden in der Eintrittsuntersuchung mit Ihnen besprochen, wenn es um die Festlegung ihrer individuellen Rehabilitationsziele geht.

Ferien und Absenzen

Ferienabwesenheiten:

Sollten Sie bereits vor Antritt der ambulanten kardialen Rehabilitation Ferien gebucht haben, besprechen Sie bitte im ärztlichen Eintrittsgespräch, ob Sie aus medizinischer Sicht die Reise antreten können. Falls erforderlich helfen wir Ihnen gerne mit einem ärztlichen Zeugnis für die Reiserücktrittsversicherung.

Abrechnung und Fehlzeiten:

In der Regel beantragen wir vor Beginn der ambulanten kardialen Rehabilitation für Sie eine Kostengutsprache bei Ihrer Krankenkasse. Alle Leistungen der Rehabilitation (Ernährungsberatung, Physiotherapie, ärztliche Untersuchungen und Betreuung) werden einzeln abgerechnet und sind in der Kostengutsprache enthalten. Da die Plätze in der Reha begrenzt sind und entsprechend für die Teilnehmer reserviert werden bitten wir Sie unser Sekretariat rechtzeitig zu informieren, falls Sie krank oder verhindert sind. Wir behalten uns vor bei unentschuldigtem Fehlen Ihnen die Leistungen der Trainingseinheiten und individuellen Beratungen in Rechnung zu stellen.

Wenn Sie aus besonderen Gründen (Krankheit, Ferien) ganze Wochen nicht teilnehmen können, kann nach Rücksprache mit uns diese Zeit allenfalls nachgeholt werden. Dafür muss jedoch die Genehmigung Ihrer Krankenkasse erneut eingeholt werden (in der Regel durch den Patienten/ die Patientin).

Kontakt

Frau Joëlle Wyss

j.wyss@cardiance.com

052 303 47 47

info@cardiance.com