

Ambulante kardiale Rehabilitation

Termine: Gruppe 1

Februar 2025

Montag, 03.02.2025	
08.15 – 08:50	Ergometer
09.15 – 09.35	Gymnastik / Entspannung
Mittwoch, 05.02.2025	
08.15 -08.55	Kraftraum
09.00 – 09.40	Wasser
Freitag, 07.02.2025	
08.15 – 09.15	Outdoor-Training
09.15 – 10.15	Ernährungsberatung Vortrag Praktische Umsetzung der Mediterranen Ernährung
Montag, 10.02.2025	
08.15 – 08:50	Ergometer
09.15 – 09.35	Gymnastik / Entspannung
Mittwoch, 12.02.2025	Schneeschuhwanderung gemäss separater Einladung
Freitag, 14.02.2025	
08.15 – 08:50	Ergometer
09.15 – 09.35	Herzyoga
Montag, 17.02.2025	
08.15 – 08:50	Ergometer
09.15 – 09.35	Gymnastik / Entspannung
Dienstag, 18.02.2025	
17.00 – 17.45	Arztvortrag: Allgemeine Tipps für Herzpatienten, Referent: Prof. Dr. A. Khattab
18.00 – 18.45	Arztvortrag: Wie wirken Medikamente für Herz und Kreislauf? Warum ist Aspirin so wichtig? Wie senken Medikamente den Blutdruck? Wie wird der Cholesterinspiegel gesenkt und weshalb? Referent: Prof. Dr. A. Khattab
Mittwoch, 19.02.2025	
08.15 -08.55	Kraftraum
09.00 – 09.40	Wasser
Freitag, 21.02.2025	
08.15 – 09.15	Outdoor-Training
09.15 – 10.15	Seminar über Stress mit Fr. Dr. Khattab
Montag, 24.02.2025	
08.15 – 08:50	Ergometer
09.15 – 09.35	Gymnastik / Entspannung
Mittwoch, 26.02.2025	
08.15 -08.55	Kraftraum
	Kein Wasser - Badrevision
Freitag, 28.02.2025	
08.15 – 08:50	Ergometer
09.15 – 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

Februar 2025

Montag, 03.02.2025	09.00 – 09.35	Ergometer
	09.45 – 10.20	Gymnastik / Entspannung
Mittwoch, 05.02.2025	08.55 – 09.35	Kraftraum
	09.40 – 10.20	Wasser
Freitag, 07.02.2025	08.15 – 09.15	Outdoor-Training
	09.15 – 10.15	Ernährungsberatung Vortrag Praktische Umsetzung der Mediterranen Ernährung
Montag, 10.02.2025	09.00 – 09.35	Ergometer
	09.45 – 10.20	Gymnastik / Entspannung
Mittwoch, 12.02.2025	Schneeschuhwanderung gemäss separater Einladung	
Freitag, 14.02.2025	09.00 – 09.35	Ergometer
	09.45 – 10.20	Herzyoga
Montag, 17.02.2025	09.00 – 09.35	Ergometer
	09.45 – 10.20	Gymnastik / Entspannung
Dienstag, 18.02.2025	17.00 – 17.45	Arztvortrag: Allgemeine Tipps für Herzpatienten, Referent: Prof. Dr. A. Khattab
	18.00 – 18.45	Arztvortrag: Wie wirken Medikamente für Herz und Kreislauf? Warum ist Aspirin so wichtig? Wie senken Medikamente den Blutdruck? Wie wird der Cholesterinspiegel gesenkt und weshalb? Referent: Prof. Dr. A. Khattab
Mittwoch, 19.02.2025	08.55 – 09.35	Kraftraum
	09.40 – 10.20	Wasser
Freitag, 21.02.2025	08.15 – 09.15	Outdoor-Training
	09.15 – 10.15	Seminar über Stress mit Fr. Dr. Khattab
Montag, 24.02.2025	09.00 – 09.35	Ergometer
	09.45 – 10.20	Gymnastik / Entspannung
Mittwoch, 26.02.2025	08.55 – 09.35	Kraftraum Kein Wasser - Badrevision
Freitag, 28.02.2025	09.00 – 09.35	Ergometer
	09.45 – 10.20	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 3

Februar 2025

Montag, 03.02.2025	
09.50 – 10.25	Ergometer
10.35 – 11.10	Gymnastik / Entspannung
Mittwoch, 05.02.2025	
09.35 – 10.15	Kraftraum
10.20 – 19.55	Wasser
Freitag, 07.02.2025	
08.15 – 09.15	Outdoor-Training
09.15 – 10.15	Ernährungsberatung Vortrag Praktische Umsetzung der Mediterranen Ernährung
Montag, 10.02.2025	
09.50 – 10.25	Ergometer
10.35 – 11.10	Gymnastik / Entspannung
Mittwoch, 12.02.2025	Schneeschuhwanderung gemäss separater Einladung
Freitag, 14.02.2025	
09.50 – 10.25	Ergometer
10.35 – 11.10	Herzyoga
Montag, 17.02.2025	
09.50 – 10.25	Ergometer
10.35 – 11.10	Gymnastik / Entspannung
Dienstag, 18.02.2025	
17.00 – 17.45	Arztvortrag: Allgemeine Tipps für Herzpatienten, Referent: Prof. Dr. A. Khattab
18.00 – 18.45	Arztvortrag: Wie wirken Medikamente für Herz und Kreislauf? Warum ist Aspirin so wichtig? Wie senken Medikamente den Blutdruck? Wie wird der Cholesterinspiegel gesenkt und weshalb? Referent: Prof. Dr. A. Khattab
Mittwoch, 19.02.2025	
09.35 – 10.15	Kraftraum
10.20 – 10.55	Wasser
Freitag, 21.02.2025	
08.15 – 09.15	Outdoor-Training
09.15 – 10.15	Seminar über Stress mit Fr. Dr. Khattab
Montag, 24.02.2025	
09.50 – 10.25	Ergometer
10.35 – 11.10	Gymnastik / Entspannung
Mittwoch, 26.02.2025	
09.35 – 10.15	Kraftraum Kein Wasser - Badrevision
Freitag, 28.02.2025	
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 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 4

Februar 2025

Montag, 03.02.2025	
10.35 – 11.10	Ergometer
11.15 – 11.50	Gymnastik / Entspannung
Mittwoch, 05.02.2025	
Zeit gemäss Physiotherapeuten	Kraftraum Wasser
Freitag, 07.02.2025	
08.15 – 09.15	Outdoor-Training
09.15 – 10.15	Ernährungsberatung Vortrag Praktische Umsetzung der Mediterranen Ernährung
Montag, 10.02.2025	
10.35 – 11.10	Ergometer
11.15 – 11.50	Gymnastik / Entspannung
Mittwoch, 12.02.2025	Schneeschuwwanderung gemäss separater Einladung
Freitag, 14.02.2025	
10.35 – 11.10	Ergometer
11.15 – 11.50	Herzyoga
Montag, 17.02.2025	
10.35 – 11.10	Ergometer
11.15 – 11.50	Gymnastik / Entspannung
Dienstag, 18.02.2025	
17.00 – 17.45	Arztvortrag: Allgemeine Tipps für Herzpatienten, Referent: Prof. Dr. A. Khattab
18.00 – 18.45	Arztvortrag: Wie wirken Medikamente für Herz und Kreislauf? Warum ist Aspirin so wichtig? Wie senken Medikamente den Blutdruck? Wie wird der Cholesterinspiegel gesenkt und weshalb? Referent: Prof. Dr. A. Khattab
Mittwoch, 19.02.2025	
Zeit gemäss Physiotherapeuten	Kraftraum Wasser
Freitag, 21.02.2025	
08.15 – 09.15	Outdoor-Training
09.15 – 10.15	Seminar über Stress mit Fr. Dr. Khattab
Montag, 24.02.2025	
10.35 – 11.10	Ergometer
11.15 – 11.50	Gymnastik / Entspannung
Mittwoch, 26.02.2025	
Zeit gemäss Physiotherapeuten	Kraftraum Kein Wasser - Badrevision
Freitag, 28.02.2025	
10.35 – 11.10	Ergometer
11.15 – 11.50	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