



**Herzgruppe**  
CTS Biel-Bienne

## **Herzgruppe im Kongresshaus Biel**

Jeden Donnerstag von 09.00 - 10.00 Uhr haben Herzpatienten die Möglichkeit unter fachkundiger Leitung im Kongresshaus Biel zu trainieren (Ausdauer, Kraft, Entspannung, Wassergym etc.)

Leitung: Nicole Nussbaum, Herz- und Physiotherapeutin

Kosten: CHF 17.- Einzeleintritt  
CHF 180.- 12er Abo  
inkl. Eintritt Hallenbad

## **Groupe de maintenance cardiovasculaire, Palais des Congrès, Bienne**

Tous les jeudi de 09h00 à 10h00, les patients cardiaques ont la possibilité de s'entraîner (endurance, force, gym aquatique, détente etc.) au Palais des Congrès de Bienne sous la direction d'une professionnelle.

Direction : Nicole Nussbaum, cardio et physiothérapeute

Prix : CHF 17.- entrée simple  
CHF 180.- abo de 12  
incl. entrée piscine

[www.ctsbiel-bienne.ch](http://www.ctsbiel-bienne.ch)



### **Welche Vorteile bringt Ihnen die Herzgruppe?**

In der Herzgruppe trainieren Sie ohne Leistungsdruck in einem auf Sie zugeschnittenen Programm. Die regelmässige körperliche Aktivität hilft Ihnen, Risikofaktoren auszuschalten oder besser in Schach zu halten.

### **Betreuung durch Fachpersonen**

Die Herzgruppe der CTS Biel wird durch eine speziell ausgebildete Herztherapeutin betreut (Nicole Nussbaum) und steht unter der Leitung von Dr. med. Rolf Heimann.

### **Übernahme der Kosten von der Krankenkasse**

Die meisten Krankenkassen übernehmen im Rahmen der Zusatzversicherung die Teilnahme an anerkannten medizinischen Präventionsprogrammen bis zu einem Betrag von CHF 500.- jährlich.

### **Quels avantages le groupe de maintenance vous apporte-t-il?**

*Dans le groupe de maintenance cardio-vasculaire, vous suivez un programme d'entraînement sur mesure sans subir de pressions. L'exercice physique régulier vous aide à supprimer les facteurs de risque ou à mieux les maîtriser, ce qui ne peut que vous être bénéfique.*

### **Direction par des professionnels**

*Le groupe de maintenance cardio-vasculaire de la CTS Bienne est dirigé par Nicole Nussbaum, cardiologue et supervisé par le Dr. med. Rolf Heimann.*

### **Prise en charge des frais par la caisse maladie**

*La plupart des caisses maladies prennent en charge, dans le cadre de l'assurance complémentaire, la participation à des programmes de prévention médicalement reconnus, à concurrence de 500 francs par année.*

### **Anmeldung / Fragen - Inscription / questions**

Nicole Nussbaum

Herz- und Physiotherapeutin/ cardio et physiothérapeute

Leiterin der Herzgruppe/ directrice du groupe de maintenance CTS Biel

Brüggmattenweg 35, 2503 Biel

032-558 36 24, 076 360 89 60 oder/ou info@nicolenussbaum.ch

Sandra Fuhrer

Herztherapeutin und Sportlehrerin/ cardiologue et sportive

Stellvertretung / Remplaçante

CTS SA, Zentralstrasse 60, 2501 Biel

032 329 19 51 oder/ou sandra.fuhrer@ctsbiel-bienne.ch