

Beispiel für einen Wochenplan bei Cardiowell

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:30			Blutabnahme für Labor		
09:00	Gymnastik-Spiele <i>Sporttherapeut</i>	Ergometertraining <i>Sporttherapeut</i>	Gymnastik-Spiele <i>Physiotherapeutin</i>	Seminar-Stressbewältigung <i>Psychologin</i>	Ergometertraining <i>Sporttherapeut</i>
09:30					
10:00	Ergometertraining <i>Sporttherapeut</i>	Wahrnehmung- und Arbeitsplatztraining <i>Ergotherapeutin</i>	Entspannungs-training <i>Psychologin</i>	Ergometertraining <i>Sporttherapeut</i>	Ernährungsberatung und Lehrküche <i>Ernährungsberaterin</i>
10:30					
11:00	Seminar Herzgesund genießen <i>Ernährungsberaterin</i>	Entspannungs-training <i>Psychologin</i>	Ergometertraining <i>Sporttherapeut</i>	Entspannungs-training <i>Psychologin</i>	
11:30					
12:00	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	
12:30	Ernährungsberatung - Einzel 30 Minuten <i>Ernährungsberaterin</i>	Pause	Pause	Pause	Und Pause
13:00	Seminar Wunschgewicht <i>Ernährungsberaterin</i>	Sozialberatung Gruppe <i>Sozialarbeiterin</i>	Rauchfrei <i>Psychologin</i>	Seminar Der Herzinfarkt <i>Arzt</i>	Seminar Offene Fragestunde <i>Arzt</i>
13:30					
14:00	Seminar: Körperliche Aktivität-Teil 2 <i>Sporttherapeut</i>	Arztgespräch Einzel Ca. 15 Min <i>Arzt</i>	Seminar Risiko-Scores <i>Arzt</i>	Ende	Ende
14:30		14:30 Uhr Psychologischer Einzeltermin 30 Minuten <i>Psychologin</i>			
15:00	Ende	Ende	Ende		