

**Prävention von Herz- und Gefäßerkrankungen**  
**2026 - Anmeldung: Cardioprevent-Training**  
**für sechs Monate** (Start nur ab Januar bzw. Juli  
möglich)

**(1) Cardioprevent-Herztraining**

Fahrradergometertraining mit EKG- und Blutdruck-Überwachung

**montags**                    **15:00 Uhr – 15:45 Uhr**                    KursleiterIn: Marie Beilfuß (Bachelor of Science)

**(2) Cardioprevent-Herz-Rückentraining**

Inhalte: Fahrradergometertraining mit EKG- und Blutdruck-Überwachung, Kräftigung  
und Mobilisation des gesamten Stütz- und Bewegungsapparates

**dienstags**                    **14:45 Uhr – 15:45 Uhr**                    Kursleiterin: Anna Steckelbach (Bachelor of Science)

**dienstags**                    **17:45 Uhr – 18:45 Uhr**                    Kursleiterin: Fatemeh Bateni (Bachelor of Science)

**dienstags**                    **19:00 Uhr – 20:00 Uhr**                    Kursleiterin: Fatemeh Bateni (Bachelor of Science)

**mittwochs**                    **13:30 Uhr – 14:30 Uhr**                    Kursleiterin: Anna Steckelbach (Bachelor of Science)

**mittwochs**                    **14:45 Uhr – 15:45 Uhr**                    Kursleiterin: Anna Steckelbach (Bachelor of Science)

**mittwochs**                    **17:15 Uhr – 18:15 Uhr**                    Kursleiterin: Anna Steckelbach (Bachelor of Science)

**mittwochs**                    **18:30 Uhr – 19:30 Uhr**                    Kursleiterin: Anna Steckelbach (Bachelor of Science)

**donnerstags**                    **14:45 Uhr – 15:45 Uhr**                    Kursleiterin: Fatemeh Bateni (Bachelor of Science)

Bei Fragen erreichen Sie uns telefonisch unter 0202/739545-40

oder per email: [kontakt@cardioprevent-wuppertal.de](mailto:kontakt@cardioprevent-wuppertal.de) oder [c.heming@cardioprevent-wuppertal.de](mailto:c.heming@cardioprevent-wuppertal.de)

**Bedingungen für die Teilnahme:**

- mittwochs ist bis 14 Uhr, an allen anderen Tagen bis 18 Uhr ein Arzt im Hause
- alle Kurse ab 17 Uhr sind für leistungsstärkere Teilnehmer vorgesehen (Übungen auf der Matte mit dem eigenen werden durchgeführt!)
- Selbstzahler (ohne Bezuschussungsmöglichkeiten Ihrer Krankenkasse im Rahmen von Herzsport oder Prävention)
- keine Reduzierung der Kursgebühr aufgrund von Krankheitstagen oder Urlaub
- eine Rückerstattung der Kursgebühr erfolgt lediglich bei einem offiziell verordneten Lockdown
- vom 19.12.2026 – 01.01.2027 und am Rosenmontag finden keine Kurse statt
- **an zwei Terminen im Jahr behalten wir es uns vor, den Kurs aufgrund betriebsbedingter Umstände kurzfristig abzusagen!**

**Hiermit melde ich mich verbindlich zu dem oben angekreuzten Angebot an:**

Name: \_\_\_\_\_ Adresse: \_\_\_\_\_

Tel.-Nr.: \_\_\_\_\_ Geb.-Datum: \_\_\_\_\_ email: \_\_\_\_\_

**Die Kursgebühr von 240,- Euro sind innerhalb der ersten beiden Wochen des jeweiligen Halbjahres auf das unten aufgeführte Konto zu überweisen.**

Hiermit bestätige ich, dass ich körperlich und gesundheitlich den Anforderungen entspreche, die sich aus der Teilnahme an dem *Cardioprevent*-Training ergeben. *Cardioprevent* haftet nicht für Gesundheitsschäden, die aus der Teilnahme an dem *Cardioprevent*-Training entstehen. Eine Haftung von *Cardioprevent* besteht nur für solche Schäden, die durch grobe Fahrlässigkeit oder Vorsatz verursacht werden. Ich bin damit einverstanden, dass *Cardioprevent* Einsicht in evtl. vorhandene medizinische Daten von *Cardiowell* und dem Bergischen Zentrum Park Dres Dörner/Nickl/Probst nehmen darf. Mir ist bekannt, dass ich diese Erklärung zur Entbindung der Schweigepflicht jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen kann. Ich bin darüber informiert worden, dass grundsätzlich ab 18 Uhr und mittwochs ab 14 Uhr kein Arzt im Hause ist und somit auch das hausinterne Notfallsystem nicht funktioniert! Im Notfall wird die (0)112 gewählt!

\_\_\_\_\_ Datum

\_\_\_\_\_ Unterschrift