

## Rehabilitation / Herz und Kreislauf

Ansprechpartner: Herz und Kreislauf

Yvonne Raken Tel. 02131/1762883

Dr. Gustav Raken Tel. 02131 / 69188

Die Einteilung in die jeweilige Herzsportgruppe erfolgt über die Abteilungsleitung.

Die ärztliche Betreuung während der Übungsstunden übernehmen:

Dr. Heyers (Etienne Krankenhaus, Neuss)

Dr. Muck (Kaarst)

Dr. Raken (Kaarst)

**Starten Sie mit uns  
in Ihre  
sportliche Zukunft !  
Gesund leben  
mit der  
Sportgemeinschaft Kaarst**

## Alle Abteilungen der SG Kaarst auf einen Blick



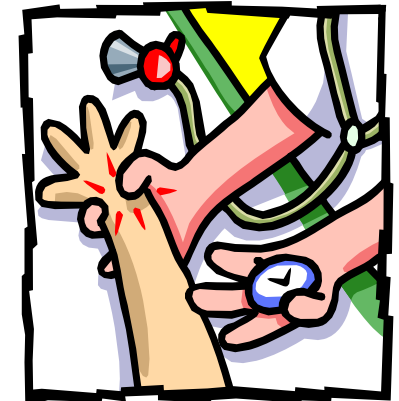
- Badminton
- Basketball
- Bewegungszentrum Mein Verein!
- Boxen
- Breitensport für Jung & Alt
- Fechten
- Fußball
- Handball
- Herzsport
- Karate
- Kung Fu
- Leichtathletik
- Radsport
- Schach
- Schwimmen
- Skiclub
- Sport mit Älteren
- Sportabzeichen
- Squash
- Tae Kwon Do
- Tanz & Kunstturnen
- Tauchen
- Tennis
- Tischtennis
- Volleyball

Nähere Informationen erhalten Sie unter  
[www.sg-kaarst.de](http://www.sg-kaarst.de) oder  
telefonisch unter 02131/ 51 26 73-0



*Mein Verein!*

## Rehabilitation Herz und Kreislauf Stoffwechsel

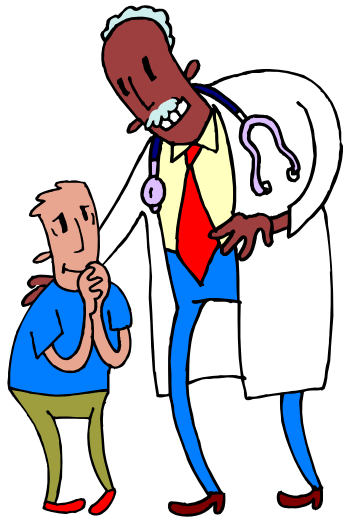


**Sportgemeinschaft Kaarst e.V.**  
Pestalozzistr. 3a | 41564 Kaarst  
Tel.: 02131-51267-30 | Fax: 02131-51267-51  
Email: [info@sg-kaarst.de](mailto:info@sg-kaarst.de)  
Internet: [www.sg-kaarst.de](http://www.sg-kaarst.de)

# Trainingszeiten

## Herzsport

**Montag** 10.00 – 12.00 Uhr  
Trainingsstätte: Sportforum Kaarst-Büttgen,  
Gymnastikhalle  
Herzsportgruppe IV + AVK – Training  
**Trainerin:** Yvonne Raken



**Mittwoch** 19.00 – 20.00 Uhr  
Trainingsstätte: Schwimmbad Alte Heerstraße  
Schwimmen / Wassergymnastik für alle  
Gruppen  
**Trainerin:** Yvonne Raken

# Trainingszeiten

## Herzsport

**Dienstag** 18.00 – 19.15 Uhr  
Trainingsstätte: Turnhalle Alte Heerstraße  
Herzsportgruppe III  
**Trainerin:** Yvonne Raken

**Dienstag** 19.15 – 20.30 Uhr  
Trainingsstätte: Turnhalle Alte Heerstraße  
Herzsportgruppe II  
**Trainerin:** Yvonne Raken

**Monatsbeiträge:** 8,47 €

Hinzu kommt eine mtl.

Vereinsgrundgebühr in Höhe von:

Erwachsene m. Einzugsermächtigung 3,80 €

Erwachsene ohne Einzugsermächtigung 4,00 €

**Aufnahmegebühr:** 5,11 €

(einmalig)



Die Einteilung in die jeweilige Herzsportgruppe erfolgt über die Abteilungsleitung.

Die ärztliche Betreuung während der Übungsstunden übernehmen:  
**Dr. Heyers** (Etienne Krankenhaus, Neuss)  
**Dr. Muck** (Kaarst)  
**Dr. Raken** (Kaarst)

