



<b>Übersicht 2-Tages-Fortbildungen (15 UE) 2022</b> (Stand 19.05.2022)				
<b>Quartal 1/2022</b>				
<b>0122-F2</b>	Theorie-Refresher und Praxis Bausteine für Herzgruppen	E-Learning	01.03. – 31.03.22	Dr. Petra Pfaffel
<b>0322-F2</b>	Bewegungs- und Entspannungs-Training für Herzgruppen	Tutzing	04.03 – 05.03.22	Dr. Petra Pfaffel
<b>0422-F2</b>	Motivation im Herzsport mit Bällen	Merching	12.03 – 13.03.22	Brigitte Glas
<b>0522-F2</b>	Begleiterkrankungen in Herzgruppen - COPD	Bad Reichenhall	12.03. – 13.03.22	Peter Limbach
<b>0622-F2</b>	Allerlei in Herzgruppen	Neustadt b. Cob.	19.03. – 20.03.22	Hans Höhn
<b>Quartal 2/2022</b>				
<b>0822-F2</b>	Anregungen für den Rehabilitationssport in Herzgruppen: Top Fit - Alles drin	Peißenberg	02.04. – 03.04.22	Christian Koch
<b>0922-F2</b>	Know-How für Herzinsuffizienzgruppen	Bernried	06.05. – 07.05.22	Dr. Christa Bongarth
<b>1022-F2</b>	Koronarsport - Impulse für Herzgruppenleiter	Marktheidenfeld	20.05. – 21.05.22	Markus Kirchner
<b>1122-F2</b>	Training des Immunsystems für Herzgruppen-Teilnehmende	Bad Heilbrunn	20.05. – 21.05.22	Stefan Eidenschink
<b>Quartal 3/2022</b>				
<b>1222-F2</b>	Begleiterkrankungen in Herzgruppen - COPD	Virtuell per „Zoom“	02.07. – 03.07.22	Dr. Inga Jarosch
<b>1322-F2</b>	Refresher für Herzgruppenleiter	E-Learning	01.09. – 30.09.22	Dr. Petra Pfaffel
<b>1522-F2</b>	Know-How für Herzinsuffizienzgruppen	Bernried	23.09. – 24.09.22	Dr. Christa Bongarth
<b>Quartal 4/2022</b>				
<b>2122-F2</b>	"Alles was Spaß macht" - motivieren und Freude bereiten	Bad Füssing	08.10. – 09.10.22	Gabi Eichner
<b>1722-F2</b>	Training des Immunsystems für Herzgruppen-Teilnehmer	Bad Heilbrunn	11.11. - 12.11.22	Stefan Eidenschink
<b>1822-F2</b>	Begleiterkrankungen in Herzgruppen – Diabetes mellitus	Prien	16.09. – 17.09.22	Dr. Inga Jahn
<b>2022-F2</b>	"Dein ist mein ganzes Herz" - Fortbildung für Herzgruppenleiter	Virtuell per „Zoom“	25.11. - 26.11.22	Sonja Förtsch

\*\*Änderungen vorbehalten\*\*



<i>Beschreibungen 2-Tages- Fortbildungen 2022</i>				
<b>0122-F2</b>	Theorie-Refresher und Praxis Bausteine für Herzgruppen	E-Learning 15UE	01.03. – 31.03.2022	Dr. Petra Pfaffel
<p><b>Kursbeschreibung 0122-F2:</b> In dieser komplett virtuellen Fortbildung können Herzgruppenleiter einerseits ihr theoretisches Wissen zu relevanten Themen bzgl. des therapeutischen Arbeitens mit Herzpatienten erweitern. Zugleich bietet der Lehrgang vielerlei Praxisanregungen für die Gestaltung von Herzgruppen-Stunden in Form von Praxis-Skripten, in denen die Praxis-Inhalte schriftlich dargelegt sind. Diese können zum einfachen Nachmachen heruntergeladen werden. Schwerpunkte liegen hierbei auf Praxis-Inhalten zu Wahrnehmungsschulung, niedriger Belastbarkeit, moderater Kräftigung, Ausdauerförderung und Entspannung. Ergänzt werden diese Praxis-Beschreibungen durch verbale Erläuterungen (jedoch keine Praxis-Lehrfilme!), so dass die Inhalte gut verständlich und vorstellbar werden. Auf diese Weise können die online dargestellten Inhalte gut in die Praxis in die Turnhalle importiert werden. <b>Dieser Kurs ist nur für Teilnehmer buchbar, die über einen Internet-Zugang und eine eigene E-Mail-Adresse verfügen und mit dem Umgang von PC und Internet vertraut sind.</b></p>				
<b>0322-F2</b>	Bewegungs- und Entspannungs- Training für Herzgruppen	Tutzing 15UE	04.03 – 05.03.2022	Dr. Petra Pfaffel
<p><b>Kursbeschreibung 0322-F2:</b> Das Bewegungstraining im Rehabilitationssport in Herzgruppen sieht eine breite Palette an Übungsschwerpunkten vor, um Herzpatienten in ihrem Rehabilitationsprozess effizient zu unterstützen. In dieser Fortbildung erhalten die Teilnehmer Ideen zur vielseitigen Gestaltung ihrer praktischen Übungsstunden und Entspannungseinheiten mit Herzpatienten. Im theoretischen Teil der Fortbildung sind Beiträge aus der therapeutischen Sportpädagogik sowie des Notfallmanagements für den Rehabilitationssport in Herzgruppen vorgesehen.</p>				
<b>0422-F2</b>	Motivation im Herzsport mit Bällen	Merching 15UE	12.03 – 13.03.2022	Brigitte Glas
<p><b>Kursbeschreibung 0422-F2:</b> Verschiedene Bälle aller Arten und Größen, angefangen von Tischtennisbällen, über Jonglier-, Soft- und Volleybällen bis zu Medizin- und Pezzibällen dienen als Motivationshilfe für Herzpatienten und können in Herzgruppenstunden ganz unterschiedlich eingesetzt werden. Möglich mit diesen Bällen ist z.B. Gymnastik in variantenreichen Angeboten, Spiele (kleine Spiele bis hin zu komplexer angelegten Spiel-Situationen), Ausdauer-, Kraft- und Koordinationstraining. Hierzu werden in der Fortbildung vielfältige Übungs- und Spielbeispiele vermittelt, mit denen Herzgruppenleiter ihre Stunden abwechslungsreich und motivierend gestalten können.</p>				



<b>0522-F2</b>	Begleiterkrankungen in Herzgruppen - COPD	Bad Reichenhall 15UE	12.03. – 13.03.2022	Peter Limbach
<p><b>Kursbeschreibung 0522-F2:</b> Herzgruppenleiter sind in ihren Gruppen immer wieder mit Teilnehmern konfrontiert, die nicht nur herzkrank sind, sondern auch unter COPD leiden. Dieser Kurs setzt an dieser Erkenntnis an und unterstützt so die Herzgruppenleiter, betroffene Personen in ihrer Herzgruppe angemessen zu betreuen. Der Kurs beinhaltet die Vermittlung des medizinischen Grundwissens über COPD, deren Krankheitsverlauf und stellt Möglichkeiten der Übungspraxis zum Umgang mit COPD-betroffenen Patienten vor. Bitte beachten Sie: Die Kursinhalte thematisieren v.a. das Krankheitsbild der COPD! <b>Das Besondere an diesem Kurs: Nach vollständiger Teilnahme an diesem Kurs erhalten Sie die Übungsleiter-Lizenz der Herz-LAG Bayern zur Leitung für Rehasportgruppen mit der Indikation COPD</b></p>				
<b>0622-F2</b>	Allerlei in Herzgruppen	Neustadt bei Coburg 15UE	19.03. – 20.03.2022	Hans Höhn
<p><b>Kursbeschreibung 0622-F2:</b> Anregungen zu Übungsangeboten für den Rehabilitationssport in Herzgruppen mit folgenden Schwerpunkten: Vom Gleichgewichtstraining und Koordinationstraining über Kräftigung hin zur Dehnung und Fußgymnastik; weitere Übungsthemen: Körperwahrnehmung für pAVK-, Herz- und Lungenteilnehmer/innen; spezielle Atemgymnastik für die Lunge</p>				
<b>0822-F2</b>	Anregungen für den Rehabilitationssport in Herzgruppen: Top Fit – Alles drin!	Peißenberg 15UE	02.04. – 03.04.2022	Christian Koch
<p><b>Kursbeschreibung 0822-F2:</b> Dieser Lehrgang bietet vielfältige Anregungen für die Herzgruppenarbeit - Top Fit - Alles drin": Von Warm-Up bis Cool-Down - von Koordinations- und Balancetraining zu Gedächtnistraining durch Bewegung - von Kraft- und Ausdauertraining zu Reaktions- und Stabilitätstraining - von Dehnen, Stretching zu Yoga.</p>				
<b>0922-F2</b>	Know-How für Herzinsuffizienzgruppen	Bernried 15UE	06.05. – 07.05.2022	Dr. Christa Bongarth
<p><b>Kursbeschreibung 0922-F2:</b> Grundsätzlich ist auch für Patienten mit schwerer Herzinsuffizienz (NYHA III) ein moderates Ausdauer- und Muskeltraining durchführbar. Diese Fortbildung nimmt diese Zielgruppe in den Blick, schult Übungsleiter für den Umgang mit diesen Patienten in Herzinsuffizienzgruppen und vermittelt in Theorie und Praxis Kompetenz zur Gestaltung von Übungsstunden. Basis der Fortbildung stellen die von der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation (DGPR) neu erarbeiteten Maßgaben für das Arbeiten in Herzinsuffizienzgruppen und das darauf ausgerichtete DGPR-Curriculum „Herzinsuffizienztrainer/DGPR“ dar.  Das Besondere an diesem Kurs: Nach vollständiger Teilnahme an diesem Kurs erhalten Sie die Lizenz „Herzinsuffizienztrainer/DGPR“. Mit dieser Übungsleiter-Qualifikation können Sie eine Herzinsuffizienzgruppe leiten. Aber auch für die „normale“ Herzgruppe ist das in der Fortbildung vermittelte Wissen ein Gewinn und schult im Umgang mit eher weniger belastbaren Herzgruppenteilnehmern.</p>				



<b>1022-F2</b>	Koronarsport - Impulse für Herzgruppenleiter	Marktheidenfeld 15UE	20.05. – 21.05.2022	Koronarsport - Impulse für Herzgruppenleiter
<p><b>Kursbeschreibung 1022-F2:</b> Dieser Lehrgang bietet Ideen zum Training mit Abstand und thematisiert den aktuellen Stand der Corona-Pandemie. Daher werden Ganzkörperbewegungen zum Fit bleiben und auch Bewegungsspiele für Herzpatienten aufgezeigt. Ebenso sind in den Lehrgangseinheiten Angebotsideen zu Kraft-, Beweglichkeits- und Ausdauertraining vorgesehen.</p>				
<b>1122-F2</b>	Training des Immunsystems für Herzgruppen-Teilnehmende	Bad Heilbrunn 15UE	20.05. – 21.05.2022	Stefan Eidenschink
<p><b>Kursbeschreibungen 1122-F2:</b> In dem Kurs wird der Aufbau und die Funktion des Immunsystems vermittelt, und wie in Herzgruppen Einfluss auf das Immunsystem genommen und damit die Stärkung der eigenen Widerstandskräfte der Teilnehmer integriert werden kann: Aufbau des Immunsystems; Reaktionsmechanismen des Immunsystems; Energieversorgung des Immunsystems; Einflussnahme auf Immunsystems durch eine adäquate Trainingsdosierung in der körperlichen Aktivität, Hinweise zu einer immunstärkenden Ernährung und Darmentwicklung, Übungen zu einer emotionalen Ausgeglichenheit und Resilienz, das Einnehmen einer mental positiven Haltung sowie Spezifische Atemübungen, dem Umgang mit Ängsten und weiteren Hintergründen aus der Psychoneuroimmunologie.</p>				
<b>1222-F2</b>	Begleiterkrankungen in Herzgruppen – COPD	Virtuell per „Zoom“ 15UE	02.07. – 03.07.2022	Dr. Inga Jarosch
<p><b>Kursbeschreibung 1222-F2:</b> Folgende Inhalte werden in der Fortbildung thematisiert und besprochen: Lunge und Atemwege: - Veränderung bei Atemwegs- und Lungenerkrankungen; Treppensteigen und Gehen bei Obstruktion (Praxis); Atemtherapeutische Inhalte; Diagnostik; Krankheitsmanagement; Langzeitsauerstoff-Therapie; Trainingslehre Lungensport Theorie: - Lungensport (leicht / mittel / schwer) – Praxis mit TN - Lungensport (leicht /mittel / schwer) – Praxis mit Patienten - Lungensport Praxis – TN Führen eine in Kleingruppen erarbeitete Stunde mit Atemwegspatienten durch - Erste Hilfe / Notfallmaßnahmen Praxis <b>Dieser Kurs ist nur für Teilnehmer buchbar, die über einen Internet-Zugang und eine eigene E-Mail-Adresse verfügen und mit dem Umgang von PC und Internet vertraut sind.</b></p>				
<b>1322-F2</b>	Refresher für Herzgruppenleiter	E-Learning 15UE	01.09. – 30.09.2022 <i>Bearbeitungszeitraum</i>	Dr. Petra Pfaffel
<p><b>Kursbeschreibung 1322-F2:</b> In dieser komplett virtuellen Fortbildung können Herzgruppenleiter einerseits ihr theoretisches Wissen zu relevanten Themen bzgl. Herzgesundheit und kardiologischer Rehabilitation auf einen aktuellen Stand bringen. Die Fortbildungsinhalte beziehen sich z.B. auf Aspekte der Herz-Kreislaufkrankungen und deren Behandlung, Stressmanagement bei Herzpatienten, Theoriegrundlagen zum Herzgruppenbetrieb und aktuelle Informationen zu einer herzgesunden Lebensweise. Zugleich bietet der Lehrgang vielerlei Praxisanregungen für die Gestaltung von</p>				



Herzgruppen-Stunden in Form von Praxis-Skripten, in denen die Praxis-Inhalte anschaulich und gut verständlich schriftlich dargelegt sind. Diese können zum einfachen Nachmachen heruntergeladen werden (keine Praxis-Lehrfilme!). Schwerpunkte liegen hierbei z.B. auf Praxis-Inhalten zu Wahrnehmungsschulung, Kleingeräten und Ideen für ganze Stundenbilder.

Dieser Kurs ist nur für Teilnehmer buchbar, die über einen Internet-Zugang und eine eigene E-Mail-Adresse verfügen und mit dem Umgang von PC und Internet vertraut sind.

(Zur Beachtung: Kursinhalte sind identisch mit den Inhalten der 15-UE-Online-Fortbildung aus F6/F23/F25/F26 aus 2020 bzw. F4/F41 aus 2021)

<b>1522-F2</b>	Know-How für Herzinsuffizienzgruppen	Bernried 15UE	23.09. – 24.09.2022	Dr. Christa Bongarth
----------------	--------------------------------------	------------------	---------------------	----------------------

**Kursbeschreibung 1522-F2:**

Grundsätzlich ist auch für Patienten mit schwerer Herzinsuffizienz (NYHA III) ein moderates Ausdauer- und Muskeltraining durchführbar. Diese Fortbildung nimmt diese Zielgruppe in den Blick, schult Übungsleiter für den Umgang mit diesen Patienten in Herzinsuffizienzgruppen und vermittelt in Theorie und Praxis Kompetenz zur Gestaltung von Übungsstunden. Basis der Fortbildung stellen die von der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation (DGPR) neu erarbeiteten Maßgaben für das Arbeiten in Herzinsuffizienzgruppen und das darauf ausgerichtete DGPR-Curriculum „Herzinsuffizienztrainer/DGPR“ dar.

Das Besondere an diesem Kurs: Nach vollständiger Teilnahme an diesem Kurs erhalten Sie die Lizenz „Herzinsuffizienztrainer/DGPR“. Mit dieser Übungsleiter-Qualifikation können Sie eine Herzinsuffizienzgruppe leiten. Aber auch für die „normale“ Herzgruppe ist das in der Fortbildung vermittelte Wissen ein Gewinn und schult im Umgang mit eher weniger belastbaren Herzgruppenteilnehmern.

<b>1722-F2</b>	Training des Immunsystems für Herzgruppen-Teilnehmer	Bad Heilbrunn 15UE	11.11.-12.11.2022	Stefan Eidenschink
----------------	--	-----------------------	-------------------	--------------------

**Kursbeschreibungen 1722-F2:**

In dem Kurs wird der Aufbau und die Funktion des Immunsystems vermittelt, und wie in Herzgruppen Einfluss auf das Immunsystem genommen und damit die Stärkung der eigenen Widerstandskräfte der Teilnehmer integriert werden kann: Aufbau des Immunsystems; Reaktionsmechanismen des Immunsystems; Energieversorgung des Immunsystems; Einflussnahme auf Immunsystems durch eine adäquate Trainingsdosierung in der körperlichen Aktivität, Hinweise zu einer immunstärkenden Ernährung und Darmentwicklung, Übungen zu einer emotionalen Ausgeglichenheit und Resilienz, das Einnehmen einer mental positiven Haltung sowie Spezifische Atemübungen, dem Umgang mit Ängsten und weiteren Hintergründen aus der Psychoneuroimmunologie.

<b>1822-F2</b>	Begleiterkrankungen in Herzgruppen – Diabetes mellitus	Prien 15UE	16.09.-17.09.2022	Dr. Inga Jahn
----------------	--	---------------	-------------------	---------------

**Kursbeschreibung 1822-F2:**

Der Herzgruppen-Alltag zeigt, dass viele Herzgruppen-Teilnehmer nicht nur herzkrank sind, sondern oft auch unter Diabetes mellitus leiden. Dieser Kurs setzt an dieser Erkenntnis an und unterstützt so die Herzgruppenleiter, betroffene Personen in ihrer Herzgruppe angemessen zu betreuen. Der Kurs beinhaltet die Vermittlung medizinischer Aspekte zu Diabetes mellitus und thematisiert auch, womit Betroffene umzugehen und worauf Herzgruppenleiter theoretisch und praktisch zu achten haben, wenn Diabetiker unter ihren Herzgruppenteilnehmern sind. Auch praktische Einheiten sind vorgesehen.

Bitte beachten Sie: Die Kursinhalte thematisieren v.a. das Krankheitsbild Diabetes mellitus!

Das Besondere an diesem Kurs: Nach vollständiger Teilnahme an diesem Kurs erhalten Sie die Übungsleiter-Lizenz der Herz-LAG Bayern zur Leitung für Rehasportgruppen mit der Indikation Diabetes mellitus.



<b>2022-F2</b>	"Dein ist mein ganzes Herz" - Fortbildung für Herzgruppen-leiter	Virtuell per „Zoom“ 15UE	25.11.-26.11.2022	Sonja Förtsch
<b>Kursbeschreibung 2022-F2:</b> In dieser Fortbildung geht es darum, den Motivation- und Spaßfaktor der Herzsportteilnehmer "anzukurbeln und neu zu entfachen", den Herzsport mit nach Hause zu nehmen, mit in das private Leben einfließen zu lassen. Und Ideen mit auf den Weg zu geben, auch Ehepartner und Familie für Spaß am Sport und Bewegung zu begeistern. <b>Dieser Kurs ist nur für Teilnehmer buchbar, die über einen Internet-Zugang und eine eigene E-Mail-Adresse verfügen und mit dem Umgang von PC und Internet vertraut sind.</b>				
<b>2122-F2</b>	"Alles was Spaß macht" - motivieren und Freude bereiten	Bad Füssing 15UE	08.10. – 09.10.2022	Gabi Eichner
<b>Kursbeschreibung 2122-F2:</b> Moderne Trends und erweitertes Grundwissen gepaart mit sozio-psychologischen Strategien sind Inhalte dieser Fortbildung. Sowohl aufbereitet zur Verwendung für Herzgruppen-Stunden wie auch als Eigenerfahrung präsentiert. Praxisteile können zum Teil individuell kombiniert ausgewählt werden.				

**Anerkennung der Veranstaltungen für Fortbildungspunkte von Physiotherapeuten:**

Die Herz-LAG weist für die Teilnahme an diesen Kursen jeweils 15 Fortbildungspunkte (FP) für Physiotherapeuten aus (vorbehaltlich der Prüfung und Anerkennung durch die gesetzliche Krankenversicherung)

Diese Veranstaltungen werden aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Soziales, Familie und Integration gefördert.

Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales

