



**Unterfranken** Jede Menge Vorträge rund um das Herz und tolle Workshops standen im Mittelpunkt des gelungenen Aktionstages beim VGS Kensho Schweinfurt. Auch für den Fall der Fälle ist der Verein ab sofort gewappnet. Sponsoren hatten dafür gesorgt, dass der VGS Kensho Schweinfurt nun stolzer Besitzer eines Defibrillators ist. Ein paar erklärende Worte von Bürgermeisterin Sonya Lippert nahmen den Besuchern auch die letzten Ängste vor dem wichtigen und lebensrettenden Gerät.



**Mittelfranken** Seit nunmehr elf Jahren gibt es beim TSV Höchststadt eine ärztlich kontrollierte Herzsportgruppe. Dieses Angebot wurde am „Tag der offenen Tür“ dem breiten Publikum vorgestellt. Trotz parallelen Fußballspiels kamen zahlreiche Besucher zu dem Aktionstag und informierten sich über das Herzsportangebot des TSV Höchststadt. Auch Teilnehmer erzählten vor Ort von ihren Erfahrungen in und mit der Herzsportgruppe und machten das Erlebte für die Besucher greifbar.

# Sportler mit Herzblut bei der Sache

Seit über zehn Jahren bietet der TSV Höchststadt eine Herz-Sportgruppe an

**HÖCHSTADT** – Es geht weniger um Ausdauer und Leistungssport, wenn sich die Mitglieder der Herzsportgruppe des TSV Höchststadt regelmäßig treffen. Ziel der gemeinsamen Sportstunden ist schon eher, den angeschlagenen Kreislauf nach einer Herzkrankung wieder in Schwung zu bekommen.

Gegründet wurde die Gruppe schon von gut zehn Jahren 2003 und heute sind es immerhin 76 Mitglieder im Alter zwischen 40 und über 70 Jahren, die sich zusammen mit der Herz-Kreislauf-Trainerin Renate Heindel und unter Aufsicht eines Mediziners



Gewappnet mit Notfallkoffer, Defi und Blutdruckgerät prüfte die Ärztin Jennifer Bergemann die Vitalwerte. Foto: Neudörfer

vom Kreiskrankenhaus gesund bewegen.

Um die Gruppe noch bekannter zu machen, hatte man zu einem Tag der offenen Tür eingeladen, bei dem TSV-Chef Werner Soßna sogar ein neues Mitglied begrüßen konnte.

Das Angebot des TSV in Zusammenarbeit mit dem Kreiskrankenhaus gibt es sogar auf Schein, denn die Krankenkassen fördern die kräftigende Bewegungstherapie.

Dass die bewegenden Treffen in der Turnhalle des Gymnasiums auch mit viel Spaß verbunden sind, zeigte sich am Donnerstag beim gemeinsamen Ballspiel.