

# Ambulante kardiale Rehabilitation

## Termine: Gruppe 1

Mai 2026

<b>Freitag, 01.05.2026</b>	08.15 – 08.50 09.00 – 09.35	Ergometer Herzyoga
<b>Montag, 04.05.2026</b>	08.15 – 08.50 09.00 – 09.35	Ergometer Gymnastik / Entspannung
<b>Dienstag, 05.05.2026</b>	17.00 – 17.45 18.00 – 18.45	Arztvortrag: Allgemeine Tipps für Herzpatienten, Referent: Prof. Dr. A. Khattab Arztvortrag: Wie wirken Medikamente für Herz und Kreislauf? Warum ist Aspirin so wichtig? Wie senken Medikamente den Blutdruck? Wie wird der Cholesterinspiegel gesenkt und weshalb? Referent: Prof. Dr. A. Khattab
<b>Mittwoch, 06.05.2026</b>	08.15 - 08.55 09.00 - 09.40	Kraftraum Wasser
<b>Freitag, 08.05.2026</b>	08.15 – 09.15 09.15 – 10.15	Outdoor-Training Vortrag Ernährungsberatung: Zucker-Praktische Umsetzung
<b>Montag, 11.05.2026</b>	08.15 – 08.50 09.00 – 09.35	Ergometer Gymnastik / Entspannung
<b>Mittwoch, 13.05.2026</b>	08.15 -08.55 09.00 – 09.40	Kraftraum Wasser
<b>Freitag, 15.05.2026</b>	08.15 – 08.50 09.00 – 09.35	Ergometer Gymnastik / Entspannung
<b>Montag, 18.05.2026</b>	08.15 – 08.50 09.00 – 09.35	Ergometer Gymnastik / Entspannung
<b>Mittwoch, 20.05.2026</b>	08.15 - 08.55 09.00 – 09.40	Kraftraum Wasser
<b>Freitag, 22.05.2026</b>	08.15 – 08.50 09.00 – 09.35	Ergometer Gymnastik / Entspannung
<b>Montag, 25.05.2026</b>		<b>Feiertag – keine Reha</b>
<b>Mittwoch, 27.05.2026</b>	08.15 - 08.55 09.00 – 09.40	Kraftraum Wasser
<b>Freitag, 29.05.2026</b>	08.15 – 08.50 09.00 – 09.35	Ergometer Herzyoga

## Wichtige Kurzinformationen

### Wo findet die ambulante Rehabilitation statt?

Farblgende zu Terminplan:

#### Cardiance Clinic

Zentrum Staldenbach 5/7, CH-8808 Pfäffikon SZ

#### Medaction

Huobstrasse 5, CH-8808 Pfäffikon SZ (Schwimmbad und Kraftraum)

### Dauer der Rehabilitation

Das Training findet dreimal pro Woche statt, über einen Zeitraum von 12 Wochen.

### Was muss ich mitbringen?

- Bequeme Sportkleidung/-schuhe
- (für drinnen oder draussen)
- Trinkflasche
- Kleines Handtuch
- Badetuch, Duschsachen
- Badekleidung (bei Training im Wasser)
- 2.- Fr. Stück für Schliessfach (Medaction)

### Wo kann ich parkieren?

Bei der Cardiance Clinic sind die Parkplätze in der Tiefgarage nur in geringer Zahl vorhanden und reserviert für Patienten, die zu ambulanten Eingriffen kommen. Am Bahnhof sind jedoch genügend öffentliche Parkplätze vorhanden. In der Praxis für Physiotherapie (Medaction) sind Parkplätze in der Tiefgarage des Hauses vorhanden.

### Vorträge und Informationsveranstaltungen

Arztvorträge, Vorträge der Kardiopsychologie und Ernährungsberatung sind ein wichtiger Teil der Reha.

Fakultative Beratungen: Es bieten Ihnen gerne auch die Möglichkeit für Einzelberatungen und individuelle Unterstützung während der Reha an in den Bereichen Ernährung, Rauchstopptraining und kardiopsychologische Beratung. Diese Angebote werden in der Eintrittsuntersuchung mit Ihnen besprochen, wenn es um die Festlegung ihrer individuellen Rehabilitationsziele geht.

### Ferien und Absenzen

#### Ferienabwesenheiten:

Sollten Sie bereits vor Antritt der ambulanten kardialen Rehabilitation Ferien gebucht haben, besprechen Sie bitte im ärztlichen Eintrittsgespräch, ob Sie aus medizinischer Sicht die Reise antreten können. Falls erforderlich helfen wir Ihnen gerne mit einem ärztlichen Zeugnis für die Reiserücktrittsversicherung.

#### Abrechnung und Fehlzeiten:

In der Regel beantragen wir vor Beginn der ambulanten kardialen Rehabilitation für Sie eine Kostengutsprache bei Ihrer Krankenkasse. Alle Leistungen der Rehabilitation (Ernährungsberatung, Physiotherapie, ärztliche Untersuchungen und Betreuung) werden einzeln abgerechnet und sind in der Kostengutsprache enthalten. Da die Plätze in der Reha begrenzt sind und entsprechend für die Teilnehmer reserviert werden bitten wir Sie unser Sekretariat rechtzeitig zu informieren, falls Sie krank oder verhindert sind. Wir behalten uns vor bei unentschuldigtem Fehlen Ihnen die Leistungen der Trainingseinheiten und individuellen Beratungen in Rechnung zu stellen.

Wenn Sie aus besonderen Gründen (Krankheit, Ferien) ganze Wochen nicht teilnehmen können, kann nach Rücksprache mit uns diese Zeit allenfalls nachgeholt werden. Dafür muss jedoch die Genehmigung Ihrer Krankenkasse erneut eingeholt werden (in der Regel durch den Patienten/ die Patientin).

### Kontakt

Frau Tamara Bachofen und Celine Thöni

052 303 47 47

[info@cardiance.com](mailto:info@cardiance.com)

# Ambulante kardiale Rehabilitation

## Termine: Gruppe 2

Mai 2026

<b>Freitag, 01.05.2026</b>	09.00 – 09.35	Ergometer
	09.45 – 10.20	Herzyoga
<b>Montag, 04.05.2026</b>	09.00 – 09.35	Ergometer
	09.45 – 10.20	Gymnastik / Entspannung
<b>Dienstag, 05.05.2026</b>	17.00 – 17.45	Arztvortrag: Allgemeine Tipps für Herzpatienten, Referent: Prof. Dr. A. Khattab
	18.00 – 18.45	Arztvortrag: Wie wirken Medikamente für Herz und Kreislauf? Warum ist Aspirin so wichtig? Wie senken Medikamente den Blutdruck? Wie wird der Cholesterinspiegel gesenkt und weshalb? Referent: Prof. Dr. A. Khattab
<b>Mittwoch, 06.05.2026</b>	08.55 – 09.35	Kraftraum
	09.40 – 10.20	Wasser
<b>Freitag, 08.05.2026</b>	08.15 – 09.15	Outdoor-Training
	09.15 – 10.15	Vortrag Ernährungsberatung: Zucker-Praktische Umsetzung
<b>Montag, 11.05.2026</b>	09.00 – 09.35	Ergometer
	09.45 – 10.20	Gymnastik / Entspannung
<b>Mittwoch, 13.05.2026</b>	08.55 – 09.35	Kraftraum
	09.40 – 10.20	Wasser
<b>Freitag, 15.05.2026</b>	09.00 – 09.35	Ergometer
	09.45 – 10.20	Gymnastik / Entspannung
<b>Montag, 18.05.2026</b>	09.00 – 09.35	Ergometer
	09.45 – 10.20	Gymnastik / Entspannung
<b>Mittwoch, 20.05.2026</b>	08.55 – 09.35	Kraftraum
	09.40 – 10.20	Wasser
<b>Freitag, 22.05.2026</b>	09.00 – 09.35	Ergometer
	09.45 – 10.20	Gymnastik / Entspannung
<b>Montag, 25.05.2026</b>		<b>Feiertag – keine Reha</b>
<b>Mittwoch, 27.05.2026</b>	08.55 – 09.35	Kraftraum
	09.40 – 10.20	Wasser
<b>Freitag, 29.05.2026</b>	09.00 – 09.35	Ergometer
	09.45 – 10.20	Herzyoga

## Wichtige Kurzinformationen

### Wo findet die ambulante Rehabilitation statt?

Farblegende zu Terminplan:

#### Cardiance Clinic

Zentrum Staldenbach 5/7, CH-8808 Pfäffikon SZ

#### Medaction

Huobstrasse 5, CH-8808 Pfäffikon SZ (Schwimmbad und Kraftraum)

### Dauer der Rehabilitation

Das Training findet dreimal pro Woche statt, über einen Zeitraum von 12 Wochen.

### Was muss ich mitbringen?

- Bequeme Sportkleidung/-schuhe
- (für drinnen oder draussen)
- Trinkflasche
- Kleines Handtuch
- Badetuch, Duschsachen
- Badekleidung (bei Training im Wasser)
- 2.- Fr. Stück für Schliessfach (Medaction)

### Wo kann ich parkieren?

Bei der Cardiance Clinic sind die Parkplätze in der Tiefgarage nur in geringer Zahl vorhanden und reserviert für Patienten, die zu ambulanten Eingriffen kommen. Am Bahnhof sind jedoch genügend öffentliche Parkplätze vorhanden. In der Praxis für Physiotherapie (Medaction) sind Parkplätze in der Tiefgarage des Hauses vorhanden.

### Vorträge und Informationsveranstaltungen

Arztvorträge, Vorträge der Kardiopsychologie und Ernährungsberatung sind ein wichtiger Teil der Reha.

Fakultative Beratungen: Es bieten Ihnen gerne auch die Möglichkeit für Einzelberatungen und individuelle Unterstützung während der Reha an in den Bereichen Ernährung, Rauchstopptraining und kardiopsychologische Beratung. Diese Angebote werden in der Eintrittsuntersuchung mit Ihnen besprochen, wenn es um die Festlegung ihrer individuellen Rehabilitationsziele geht.

### Ferien und Absenzen

#### Ferienabwesenheiten:

Sollten Sie bereits vor Antritt der ambulanten kardialen Rehabilitation Ferien gebucht haben, besprechen Sie bitte im ärztlichen Eintrittsgespräch, ob Sie aus medizinischer Sicht die Reise antreten können. Falls erforderlich helfen wir Ihnen gerne mit einem ärztlichen Zeugnis für die Reiserücktrittsversicherung.

#### Abrechnung und Fehlzeiten:

In der Regel beantragen wir vor Beginn der ambulanten kardialen Rehabilitation für Sie eine Kostengutsprache bei Ihrer Krankenkasse. Alle Leistungen der Rehabilitation (Ernährungsberatung, Physiotherapie, ärztliche Untersuchungen und Betreuung) werden einzeln abgerechnet und sind in der Kostengutsprache enthalten. Da die Plätze in der Reha begrenzt sind und entsprechend für die Teilnehmer reserviert werden bitten wir Sie unser Sekretariat rechtzeitig zu informieren, falls Sie krank oder verhindert sind. Wir behalten uns vor bei unentschuldigtem Fehlen Ihnen die Leistungen der Trainingseinheiten und individuellen Beratungen in Rechnung zu stellen.

Wenn Sie aus besonderen Gründen (Krankheit, Ferien) ganze Wochen nicht teilnehmen können, kann nach Rücksprache mit uns diese Zeit allenfalls nachgeholt werden. Dafür muss jedoch die Genehmigung Ihrer Krankenkasse erneut eingeholt werden (in der Regel durch den Patienten/ die Patientin).

### Kontakt

Frau Tamara Bachofen und Celine Thöni

052 303 47 47

[info@cardiance.com](mailto:info@cardiance.com)

# Ambulante kardiale Rehabilitation

## Termine: Gruppe 3

Mai 2026

<b>Freitag, 01.05.2026</b>	09.50 – 10.25	Ergometer
	10.35 – 11.10	Herzyoga
<b>Montag, 04.05.2026</b>	09.50 – 10.25	Ergometer
	10.35 – 11.10	Gymnastik / Entspannung
<b>Dienstag, 05.05.2026</b>	17.00 – 17.45	Arztvortrag: Allgemeine Tipps für Herzpatienten, Referent: Prof. Dr. A. Khattab
	18.00 – 18.45	Arztvortrag: Wie wirken Medikamente für Herz und Kreislauf? Warum ist Aspirin so wichtig? Wie senken Medikamente den Blutdruck? Wie wird der Cholesterinspiegel gesenkt und weshalb? Referent: Prof. Dr. A. Khattab
<b>Mittwoch, 06.05.2026</b>	09.35 – 10.15	Kraftraum
	10.20 – 10.55	Wasser
<b>Freitag, 08.05.2026</b>	08.15 – 09.15	Outdoor-Training
	09.15 – 10.15	Vortrag Ernährungsberatung: Zucker-Praktische Umsetzung
<b>Montag, 11.05.2026</b>	09.50 – 10.25	Ergometer
	10.35 – 11.10	Gymnastik / Entspannung
<b>Mittwoch, 13.05.2026</b>	09.35 – 10.15	Kraftraum
	10.20 – 10.55	Wasser
<b>Freitag, 15.05.2026</b>	09.50 – 10.25	Ergometer
	10.35 – 11.10	Gymnastik / Entspannung
<b>Montag, 18.05.2026</b>	09.50 – 10.25	Ergometer
	10.35 – 11.10	Gymnastik / Entspannung
<b>Mittwoch, 20.05.2026</b>	09.35 – 10.15	Kraftraum
	10.20 – 10.55	Wasser
<b>Freitag, 22.05.2026</b>	09.50 – 10.25	Ergometer
	10.35 – 11.10	Gymnastik / Entspannung
<b>Montag, 25.05.2026</b>		<b>Feiertag – keine Reha</b>
<b>Mittwoch, 27.05.2026</b>	09.35 – 10.15	Kraftraum
	10.20 – 10.55	Wasser
<b>Freitag, 29.05.2026</b>	09.50 – 10.25	Ergometer
	10.35 – 11.10	Herzyoga

## Wichtige Kurzinformationen

### Wo findet die ambulante Rehabilitation statt?

Farblegende zu Terminplan:

#### Cardiance Clinic

Zentrum Staldenbach 5/7, CH-8808 Pfäffikon SZ

#### Medaction

Huobstrasse 5, CH-8808 Pfäffikon SZ  
(Schwimmbad und Kraftraum)

### Dauer der Rehabilitation

Das Training findet dreimal pro Woche statt, über einen Zeitraum von 12 Wochen.

### Was muss ich mitbringen?

- Bequeme Sportkleidung/-schuhe
- (für drinnen oder draussen)
- Trinkflasche
- Kleines Handtuch
- Badetuch, Duschsachen
- Badekleidung (bei Training im Wasser)
- 2.- Fr. Stück für Schliessfach (Medaction)

### Wo kann ich parkieren?

Bei der Cardiance Clinic sind die Parkplätze in der Tiefgarage nur in geringer Zahl vorhanden und reserviert für Patienten, die zu ambulanten Eingriffen kommen. Am Bahnhof sind jedoch genügend öffentliche Parkplätze vorhanden. In der Praxis für Physiotherapie (Medaction) sind Parkplätze in der Tiefgarage des Hauses vorhanden.

### Vorträge und Informationsveranstaltungen

Arztvorträge, Vorträge der Kardiopsychologie und Ernährungsberatung sind ein wichtiger Teil der Reha.

Fakultative Beratungen: Es bieten Ihnen gerne auch die Möglichkeit für Einzelberatungen und individuelle Unterstützung während der Reha an in den Bereichen Ernährung, Rauchstopptraining und kardiopsychologische Beratung. Diese Angebote werden in der Eintrittsuntersuchung mit Ihnen besprochen, wenn es um die Festlegung ihrer individuellen Rehabilitationsziele geht.

### Ferien und Absenzen

#### Ferienabwesenheiten:

Sollten Sie bereits vor Antritt der ambulanten kardialen Rehabilitation Ferien gebucht haben, besprechen Sie bitte im ärztlichen Eintrittsgespräch, ob Sie aus medizinischer Sicht die Reise antreten können. Falls erforderlich helfen wir Ihnen gerne mit einem ärztlichen Zeugnis für die Reiserücktrittsversicherung.

#### Abrechnung und Fehlzeiten:

In der Regel beantragen wir vor Beginn der ambulanten kardialen Rehabilitation für Sie eine Kostengutsprache bei Ihrer Krankenkasse. Alle Leistungen der Rehabilitation (Ernährungsberatung, Physiotherapie, ärztliche Untersuchungen und Betreuung) werden einzeln abgerechnet und sind in der Kostengutsprache enthalten. Da die Plätze in der Reha begrenzt sind und entsprechend für die Teilnehmer reserviert werden bitten wir Sie unser Sekretariat rechtzeitig zu informieren, falls Sie krank oder verhindert sind. Wir behalten uns vor bei unentschuldigtem Fehlen Ihnen die Leistungen der Trainingseinheiten und individuellen Beratungen in Rechnung zu stellen.

Wenn Sie aus besonderen Gründen (Krankheit, Ferien) ganze Wochen nicht teilnehmen können, kann nach Rücksprache mit uns diese Zeit allenfalls nachgeholt werden. Dafür muss jedoch die Genehmigung Ihrer Krankenkasse erneut eingeholt werden (in der Regel durch den Patienten/ die Patientin).

### Kontakt

Frau Tamara Bachofen und Celine Thöni  
052 303 47 47

[info@cardiance.com](mailto:info@cardiance.com)