

Jahresprogramm 2022



Selbsthilfegruppe
für Herz- und Langzeitpatientinnen
und -patienten der Region Burgdorf

Dienstag, Fitness: Fitnesshalle Hallenbad Burgdorf (Zertifikatspflicht)

9.35 - 10.20 und 10.25 - 11.15

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
4. Ferien	1.	1.	5.	3.	7.
11.	8.	8.	12. Ferien	10.	14.
14. Wanderung	11. Wanderung	11. Wanderung	19. Ferien	13. Wanderung	Sa.18. Wanderung mit Bräteln
18.	15.	15.	22. Wanderung	17.	21.
25.	22.	22.	26.	24.	28.
		29.		31.	
Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
5.	2. Ferien	6.	4. Ferien	1.	6.
7. Juli für alle Vitaparcours	9. Ferien.	13	11. Ferien	8.	9. Wanderung
12. Ferien	12. Wanderung	16. Wanderung	14. Wanderung	15.	13.
15. Wanderung	16.	20.	18.	18. Wanderung	
19. Ferien	20. Sommerhöck	27. Ferien	25.	22.	
26. Ferien	23.			29.	
	30.				

Dienstag, Wassergymnastik: Hallenbad Burgdorf (Zertifikatspflicht)

12.00 - 12.45

19.30 - 20.15

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
4. Ferien	1.	1.	5.	3.	7.
11.	8.	8.	12. Ferien	10.	14.
14. Wanderung	11. Wanderung	11. Wanderung	19. Ferien	13. Wanderung	Sa.18. Wanderung mit Bräteln
18.	15.	15.	22. Wanderung	17.	21.
25.	22.	22.	26.	24.	28.
		29.		31.	
Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
5.	2. Ferien	6.	4. Ferien	1.	6.
7. Juli für alle Vitaparcours	9. Ferien.	13	11. Ferien	8.	9. Wanderung
12. Ferien	12. Wanderung	16. Wanderung	14. Wanderung	15.	13.
15. Wanderung	16.	20.	18.	18. Wanderung	
19. Ferien	20. Sommerhöck	27. Ferien	25.	22.	
26. Ferien	23.			29.	
	30.				

Schulferien:

24.12.21-9.01.22 / 12.02.-20.02. / 09.04.-24.04. / 09.07.- 13.08. / 24.09.-16.10.22

Wanderungen:

Die Teilnahme liegt in der Eigenverantwortung. Es können keine Haftungsansprüche gegenüber der SHG geltend gemacht werden. Unfall- und Haftpflichtversicherung sind Sache der Teilnehmenden.

Mittwoch, Fitness: Turnhalle Schlossmatt-Schulhaus, Grunerstr. 7, 3400 Burgdorf
18.00 - 19.00

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
5. Ferien	2.	2.	6.	4.	1.
12.	9.	9.	13. Ferien	11.	8.
14. Wanderung	11. Wanderung	11. Wanderung	20. Ferien	13. Wanderung	15.
19.	16. kein Training Halle Schlossmatt geschlossen	16.	22. Wanderung	18.	Sa.18. Wande- rung mit Bräteln
26.	23.	23.	27.	25. kein Training	22.
		30.			29.
Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
6.	3. Ferien	7.	5. Ferien	2.	7.
7. Juli für alle Vitaparcours	10. Ferien.	14.	12. Ferien	9.	9. Wanderung
13. Ferien	12. Wanderung	16. Wanderung	14. Wanderung	16.	14.
15. Wanderung	17.	21.	19.	18. Wanderung	
20. Ferien	20. Sommerhöck	28. Ferien	26.	23.	
27. Ferien	24.			30.	
	31.				

Angebot Fitness, Turnhalle 2 Gsteighofschulhaus, Pestalozzistr. 69, Burgdorf
Donnerstag: 19.30 - 20.30

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
6. Ferien	3.	3.	7.	5.	2.
13.	10.	10.	14. Ferien	12.	9.
14. Wanderung	11. Wanderung	11. Wanderung	21. Ferien	13. Wanderung	16.
20.	17.	17.	22. Wanderung	19.	Sa.18. Wande- rung mit Bräteln
27.	24.	24.	28.	26. Auffahrt	23.
		31			30.
Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
7. Juli für alle Vitaparcours	4. Ferien	1.	6. Ferien	3.	1.
14. Ferien	11. Ferien.	8.	13. Ferien	10.	8.
15. Wanderung	12. Wanderung	15.	14. Wanderung	17.	9. Wanderung
21. Ferien	18.	16. Wanderung	20.	18. Wanderung	15.
28. Ferien	20. Sommerhöck	22.	27.	24.	
	25.	29. Ferien			

Wanderungen:

Die Teilnahme liegt in der Eigenverantwortung. Es können keine Haftungsansprüche gegenüber der SHG geltend gemacht werden. Unfall- und Haftpflichtversicherung sind Sache der Teilnehmenden.

SHG Vorstand:

Jürg Fuhrer (Präsident)	079 707 75 89	juerg.fuhrer@besonet.ch
Rolf Leuenberger (Vizepräsident)	034 422 06 39	hero.leu@besonet.ch
Annette Meissner (Kassierin)	034 423 16 30	annette.meissner@bluewin.ch
Gertrud Bracher (Sekretärin)	034 422 02 92	gertrud.bracher@bluewin.ch
Peter Sägesser (Beisitzer)	034 422 79 15	saegipeter@bluewin.ch
Erwin Scheidegger (Beisitzer)	034 422 84 87	e.scheidegger@besonet.ch

Therapeuten: Linda de Vries 076 284 85 69, Dave de Vries 076 454 59 16, info@zfbug.ch

www.shgplus.ch

Sekretariat SHG:

Gertrud Bracher, Wynigenstrasse 8, 3400 Burgdorf
E-Mail: gertrud.bracher@bluewin.ch / Tel. 034 422 02 92

aktualisiert 04.12.2021