

Jahresprogramm 2024



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

Dienstag, Fitness: Fitnesshalle Hallenbad Burgdorf

10.15 - 11.15

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
Ferien	5. HV	5.	2.	7.	4.
09.	6.	12.	9. Ferien	14.	11.
12. Wanderung	09. Wanderung	15. Wanderung	12. Wanderung	17. Wanderung	18.
16.	13. Sportferien	19.	16. Ferien	21.	22. Wanderung mit Brätle
23.	20.	26.	23.	28.	25.
30.	27.		30.		
Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
2.	3. Sommerhöck	3.	1. Ferien	5.	3.
4. Vitaparcours	6. Ferien	10.	8. Ferien	12.	10.
09. Ferien	9. Wanderung	17.	11. Wanderung	15. Wanderung	13. Schlusswanderung
12. Wanderung	13.	20. Wanderung	15.	19.	17.
16. Ferien	20.	24. Ferien	22.	26.	
23. Ferien	27. Vortrag Dr. Wallmann 19.30 SAZ		29.	29. Weihnachtessen	
30. Ferien					

Dienstag, Wassergymnastik: Hallenbad Burgdorf

12.00 - 12.45

19.30 - 20.15

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
Ferien	5. HV	5.	2.	7.	4.
09.	6.	12.	9. Ferien	14.	11.
12. Wanderung	09. Wanderung	15. Wanderung	12. Wanderung	17. Wanderung	18.
16.	13. Sportferien	19.	16. Ferien	21.	22. Wanderung mit Brätle
23.	20.	26.	23.	28.	25.
30.	27.		30.		
Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
2.	3. Sommerhöck	3.	1. Ferien	5.	3.
4. Vitaparcours	6. Ferien	10.	8. Ferien	12.	10.
09. Ferien	9. Wanderung	17.	11. Wanderung	15. Wanderung	13. Schlusswanderung
12. Wanderung	13.	20. Wanderung	15.	19.	17.
16. Ferien	20.	24. Ferien	22.	26.	
23. Ferien	27. Vortrag Dr. Wallmann 19.30 SAZ		29.	29. Weihnachtessen	
30. 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.

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

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
3. Ferien	5. HV	6.	3.	1.	5.
10.	7.	13	10. Ferien	8. kein Training vor Auffahrt	12.
12. Wanderung	9. Wanderung	15. Wanderung	12. Wanderung	15.	19.
17.	14. Sportferien	20.	17. Ferien	17. Wanderung	22. Wanderung mit Brätle
24.	21.	27.	24.	22.	26.
31.	28.			29.	
Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
3.	3. Sommerhöck	4.	2. Ferien	6.	4.
4. Vitaparcours	7. Ferien.	11.	09. Ferien	13.	11.
10. Ferien	09. Wanderung	18.	11. Wanderung	15. Wanderung	13. Schlusswanderung
12. Wanderung	14.	20. Wanderung	16.	20	18.
17. Ferien	21.	25. Ferien	23.	27.	
24. Ferien	27.Vortrag Dr. Wallmann 19.30 SAZ		30.	29. - Weihnachtessen	
31. Ferien	28.				

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

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
4. Ferien	1.	7.	4.	2.	6.
11.	5. HV	14.	11. Ferien	09. Auffahrt, kein Training	13.
12. Wanderung	8.	15. Wanderung	12. Wanderung	16.	20.
18.	09. Wanderung	21.	18. Ferien	17. Wanderung	22. Wanderung mit Brätle
25.	15. Sportferien	28. kein Training	25.	23.	27.
	22.			30.	
	29.				
Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
4. Vitaparcours	1. Ferien	5.	3. Ferien	7.	5.
11. Ferien	3. Sommerhöck	12.	10. Ferien	14.	12.
12. Wanderung	8. Ferien	19.	11. Wanderung	15. Wanderung	13. Schlusswanderung
18. Ferien	09. Wanderung	20. Wanderung	17.	21.	19.
25. Ferien	15.	26. Ferien	24.	28.	
	22.		31.	29.	
	27.Vortrag Dr. Wallmann 19.30 SAZ			Weihnachtessen	
	29.				

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
Renata Tschanz (Kassierin)	079 307 53 83	rtschanz@solnet.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@zflug.ch
www.shgplus.ch

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