KARDIOLOGIE
PRAXIS
FUTURO

Herzgruppe
Futuro Liestal

“Alles kann, nichts muss”

12.04. - 19.04.2023
11.11. - 18.11.2023
18.11. - 25.11.2023

HERZGRUPPEN REISEN

LANZAROTE

Der Anmeldeschluss gilt 4 Wochen vor der jeweiligen Abreise

H10 Timanfaya Palace Hotel in Playa Blanca

Preise für 1 Woche

- DZ ab 2'050.00 CHF pro Person
- EZ Zuschlag 300.00 CHF

Gesundheitliche Voraussetzungen

- Flugtauglich für den 4-stündigen Flug
- Stabile (Herz) Situation in den letzten 6 Monaten

nicht inbegriffen

- Getränke
- Zwischenverpflegung
- Zimmerupgrades
- Upgrade Vollpension
- Ausflüge

Das Bewegungsprogramm

- Walking, kleine Wanderungen
- Gymnastik, Ausdauertraining
- Krafttraining, Entspannung im hoteleigenen Gym
- Aquagymnastik, Schwimmen im hoteleigenen Pool oder beheizten Hallenbad

Unsere Dienstleistungen

- Organisation Hin- und Rückflug, Unterkunft inkl Halbpension, Transfer
- Reisebegleitung ab dem Flughafen Basel/Mulhouse nach Lanzarote
- Infoveranstaltung vor Ort
- Täglich 2 Bewegungsblöcke - morgens und nachmittags jeweils 90 - 120 min
- Detaillierte Reiseunterlagen und Wochenplan

Das Freizeitprogramm

- Hoteleigenes Animationsprogramm
- Abendspaziergänge am Meer
- Ausflüge

Gruppengrösse

8 - 10 Teilnehmer
(Begleitpersonen mit/ohne Bewegungsprogramm möglich, sofern freie Plätze vorhanden)

Begleitung und Betreuung

- Andrea Bannwart (Herztherapeutin SCPRS)
- Alfons Moser (Sportphysiotherapeut, im Ruhestand)

Melden Sie sich jetzt bei uns an indem Sie das Anmeldeformular bestellen oder dieses online auf unserer Homepage herunterladen. Das Formular können Sie dann per Post oder per E-Mail an uns senden!

Therapiezentrum Futuro
Gräubernstrasse 14
4410 Liestal
T: 061 923 30 60
kardiologiepraxisfuturo@hin.ch
www.kardiologiepraxisfuturo.ch