



19.09.2012 – 09:05 Uhr

Schweizerische Herzstiftung: Geführte Wanderungen fürs Herz zum Weltherztag

Bern (ots) -

Was Wanderbegeisterte schon lange wissen, ist wissenschaftlich belegt: Wandern hat zahlreiche positive Auswirkungen auf Körper und Seele. Die Schweizerische Herzstiftung und der Dachverband Schweizer Wanderwege laden deshalb zwischen dem 29. September und dem 7. Oktober 2012 zu geführten Wanderungen fürs Herz ein.

Bereits zum vierten Mal organisieren die Schweizerische Herzstiftung und der Dachverband Schweizer Wanderwege in Zusammenarbeit mit lokalen Herzgruppen und kantonalen Wanderweg-Organisationen geführte Wanderungen fürs Herz. Diese werden aus Anlass des internationalen Weltherztages vom 29. September in verschiedenen Regionen der Schweiz durchgeführt (siehe www.swissheartgroups.ch/veranstaltungen). Die Wanderungen dauern maximal drei Stunden, weisen nur schwache Steigungen auf und sind somit für Einsteiger wie auch für Herzpatientinnen und Herzpatienten gut geeignet. Die Touren werden von einem qualifizierten Wanderleiter geführt und von einem Herztherapeuten begleitet.

Die vollständige Medienmitteilung mit Foto ist unter www.swissheart.ch/medien abrufbar.

Kontakt:

Christa Bächtold
Bereichsleiterin Patienten
Schweizerische Herzstiftung, Bern
Tel.: +41/31/388'80'96
E-Mail: baechtold@swissheart.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100011669/100725046> abgerufen werden.