



25 Jahre – Herzsportgruppe Wörgl

Vor 25 Jahren im Jahr 1995 wurde die Herzsportgruppe Wörgl von Herrn MedR. Dr. Gerald Bode mit einigen wenigen herzkranken Mitmenschen gegründet. Nach vielen Vorarbeiten wurde im Herbst mit den Trainingsabenden im Gymnastikraum der Volksschule Wörgl begonnen. Mit Hilfe unseres Facharztes, unserer geschulten Therapeutin und Herrn Otto Palir, der in der Herzsportgruppe Schwaz bereits Erfahrung gesammelt hatte, konnten wir Koronarturnen mit Schwerpunkt Beweglichkeit, Ausdauer und Entspannungsübungen und anschließende Diskussionen durchführen. Im Oktober 1996 übernahm Herr Ludwig Kögl die Leitung der Gruppe. Unsere Aktivitäten wurden dann weiter ausgebaut mit Wanderungen, Radausflügen und im Winter Skifahren. Im Februar 2004 mussten wir wegen Platzmangels in einen größeren Turnsaal im REHA-ZENTRUM Bad Häring übersiedeln. Die Teilnehmerzahl wuchs rasch an. Zwischen 30 bis 35 Mitglieder aus Wörgl und Umgebung nahmen an den Montagstreffen aktiv teil. 2005 fand zu unserem 10 Jahre Jubiläum ein Herztag im Komma in Wörgl statt, mit interessanten Vorträgen und sehr vielen Besuchern. Wie es bei Vereinen üblich ist, gab es auch bei uns eine jährliche Weihnachtsfeier, Ausflugsfahrten nach Südtirol, nach Budweis, in die Wachau uvm. statt. Jedes Jahr fanden wir neue und interessante Ziele.

Im Jänner 2009 stellte Herr Ludwig Kögl aus Altersgründen sein Amt als Gruppenleiter zur Verfügung. Als Dank und Anerkennung für seine langjährige Tätigkeit wurde er zum EHRENOBMANN auf Lebenszeit ernannt. Im Beisein von Herrn Dr. Gerald Bode wurde Herr Helmut Rieder zum neuen Gruppenleiter bestellt, als Helfer stehen ihm ein Stellvertreter, Kassier und Schriftführer zur Seite. Alle Aktivitäten der Gruppe wurden weitergeführt. Dazu wurden noch Qi-Gong Kurse und Erste Hilfe Kurse angeboten und sehr gut besucht.

Unsere Selbsthilfegruppe ist gerne bereit allen die mit Herzbeschwerden belastet sind Hilfestellung anzubieten. Wir sind inzwischen ca. 200 Mitglieder davon 60 aktive die bei unserer gut funktionierenden Gruppe die Aktivitäten mitmachen und sich dabei wohlfühlen.

Für Fragen und Auskünfte stehen allen Interessenten die Herrn Med. Rat Dr. Gerald Bode Tel. 05332/76793 sowie auch unser Gruppenleiter Helmut Rieder Tel. 0664/1212600 gerne zur Verfügung.

