

24.10.2010



Ihr 25-jähriges Bestehen feierten die Herzsportgruppen des Stadtverbundes Iserlohn am Sonntag im Hotel „Vier-Jahreszeiten“ am Seilersee. Auch Bürgermeister Dr. Peter Paul Ahrens begrüßte die Gäste. Foto: Sarah Richter

Auch die sozialen Kontakte pflegen

Die Herzsportgruppen des Stadtverbandes Iserlohn feierten ihr 25-jähriges Bestehen

ISERLOHN. (sr) Ihr 25-jähriges Bestehen feierten die Herzsportgruppen des Stadtverbandes Iserlohn am vergangenen Sonntag im Hotel „Vier Jahreszeiten“ am Seilersee.

Zu diesem Anlass waren neben den Mitgliedern der sechs Sportgruppen auch Bürgermeister Dr. Peter Paul Ahrens, Klaus J. Langhals, erster Vorsitzender des Stadtverbandes, sowie Rolf Horstmann, Geschäftsführer des Iserlohner Sportbüros, erschienen.

Nach einigen einführenden Worten durch Klaus J. Langhals und einer kurzen Begrü-

Jubiläum bei einem geselligen Kaffeetrinken. Anschließend hielt Allgemeinmediziner Dr. Walter Müsse einen humorvollen und doch ernsten Vortrag über die Risiken, eine Herzerkrankung zu erleiden, gab wertvolle Ratschläge zur Vorbeugung von Herzerkrankungen sowie zum Umgang mit Infarktsymptomen und klärte die aufmerksamen Zuhörer über das richtige Verhalten im Falle eines Herzinfarktes auf. Zum Abschluss des Nachmittags begeisterte ein Zauberkünstler die zahlreichen Besucher.

Die Iserlohner Herzsportgruppen wurden am 17. Janu-

haben rund 700 Herzpatienten an einer der Übungs- oder Trainingsgruppen teilgenommen.

Die Patienten im Alter von 40 bis 80 Jahren beginnen jede Woche mit einer An- und Entspannungsübung, bevor sie ihr Treffen mit Laufen, Volleyball oder Badminton zu Ende bringen. Unter Anleitung eines Übungsleiters und der fürsorglichen Betreuung diverser Ärzte der Iserlohner Krankenhäuser pflegen die Patienten neben ihrer sportlichen Betätigung auch die sozialen Kontakte in der Gruppe sowie den regen Austausch mit den ihnen vertrauten Medizinern.

ebenfalls zu privaten Ausflügen oder Kegelabenden.

„Man denkt immer, ein Herzinfarkt trifft nur die anderen, aber das stimmt leider nicht“, betonte Helmut Hanning, welcher in den 1980er Jahren als erster Übungsleiter der Iserlohner Herzsportgruppen tätig war.

Den Leitern der Sportgruppen ist es wichtig, dass die Patienten den Spaß an der Bewegung nicht verlieren, die in ihren Augen manchmal wirksamer gegen Herzerkrankungen sein kann als die reine Behandlung mit Medikamenten.

Jeder Gast steuerte zur Jubi-