

# 5. Herzwoche: Kursangebote an der Landessportschule

04.06.2024 | Erstellt von Lucas Kesterke

Vom 3. bis 8. Juni 2024 beteiligt sich auch die Landessportschule Sachsen-Anhalt in Osterburg an der 5. Herzwoche in Sachsen-Anhalt. Alle Teilnehmenden erhalten umfassende Informationen zum Thema Herzgesundheit und können im Fitness&CardioCenter der Landessportschule am kostenlosen Probetraining und an Blutdruckmessungen teilnehmen. Hier ein Überblick zu allen geplanten Aktionen.

## 5. Herzwoche Sachsen-Anhalt

03. bis 08. Juni 2024



- Informationen rund um das Thema Herzgesundheit
- kostenloses Probetraining + kostenloser Blutdruck-Check im Fitness&CardioCenter

**Am Montag, 03.06.2024 von 17:30 bis 18:30 Uhr**  
**Cardio-Workout**  
mit Tina Ohnesorge

**Am Dienstag, 04.06.2024 von 14:00 bis 15:00 Uhr**  
**Meditation & Atemübungen**  
mit Julia Mäder

**Am Dienstag, 04.06.2024 von 16:30 bis 17:30 Uhr**  
**Nordic Walking rund um den Fuchsbau**  
mit Tina Ohnesorge

**Am Donnerstag, 06.06.2024 von 17:30 bis 19:00 Uhr**  
**Herz-Yoga für Junggebliebene**  
mit Julia Mäder



**7,50 €**  
je Einheit

**Mit**  
**Anmeldung**



**SACHSEN-ANHALT**  
Ministerium für  
Arbeit, Soziales, Gesundheit  
und Gleichstellung

**#moderndenken**



Initiative Herzgesundheit  
in Sachsen-Anhalt.

(© Landessportschule Sachsen-Anhalt)

## Kursangebote der Landessportschule Sachsen-Anhalt:

Montag, 03.06.2024, 17:30 - 18:30 Uhr  
„Cardio-Workout“ mit Tina Ohnesorge

Dienstag, 04.06.2024, 14:00 - 15:00 Uhr  
„Meditation & Atemübungen“ mit Julia Mäder

Dienstag, 04.06.2024, 16:30 - 17:30 Uhr

„Nordic Walking rund um den Fuchsbau“ mit Tina Ohnesorge

Donnerstag, 06.06.2024, 17:30 - 19:00 Uhr

„Herz-Yoga für Junggebliebene“ mit Julia Mäder

Interessierte zur Teilnahme an den Kursen können sich im Fitness&CardioCenter der Landessportschule unter Telefon 03937 2506-20 oder per E-Mail [fcc.lssso\(at\)lsb-sachsen-anhalt.de](mailto:fcc.lssso@lsb-sachsen-anhalt.de) anmelden. Die Teilnahme kostet 7,50 € je Einheit

.Die 5. Herzwoche wird von der Initiative Herzgesundheit in Zusammenarbeit mit dem Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung sowie der Deutschen Herzstiftung organisiert. Ziel ist es, die Sterblichkeit durch Herz-Kreislauf-Erkrankungen in Sachsen-Anhalt zu senken.