



Herlev, november 2026

Hjerteforening Herlev starter Hjertemotion forår 2027.

Træning er den bedste medicin og efter en endt rehabilitering hos Herlev kommune, er det nu muligt at forsætte den gode træning i vante lokaler sammen med Hjerteforeningen Herlev. Fysisk aktivitet er vejen frem mod et godt liv.

Herlev Hjerteforeningen tilbyder dig et 16 ugers hjertetræningshold for personer, som forsat vil leve et aktivt liv trods hjerteproblematikker.

Deltag på Hjertemotion med vores instruktør Jonas der er uddannet fysioterapeut.

Hjertemotion er for dig som synes det er lidt svært at komme i gang med at træne selv og ønsker at træne med andre ligesindede.

Praktisk info.
Hjertemotion består af 1 times Hjertemotion samt en ½ time socialt samvær om ugen i 16 uger. Holdet starter torsdag den 14. januar 2027 kl. 16.00 til kl. 17.30 og løber hver torsdag til og med den 20. maj 2027 og prisen er for 16 gange. Vi træner ikke i efterårsferie samt helligdage.
Pris.
Medlemmer af Hjerteforeningen: 560,00 kr. / IKKE medlemmer af Hjerteforeningen 720.00 kr.

Kurset foregår på:
Herlevgård Center, Herlevgårdsvej 9, 2730 Herlev

Der er plads til 12 deltagere på holdet. Mulighed for venteliste.

Tilmelding nødvendig: Du skal ikke indbetale før du hører om du er optaget på holdet.

Tilmeldingsfrist: den 30. november 2026.

>Nem tilmelding til Hjertemotion her<

Husk at angive navn, telefonnr. Mailadresse.

Du kan også høre nærmere hos tovholder for Hjertemotion.

Elin Juhl
Mobil: 3172 8524

Finn Pedersen
Mobil: 2784 9899
Mail: herlev@hjerteforening.dk Hjemmeside: Hjerteforeningen Herlev

Med venlig hilsen
Herlev Hjertemotion

Hjerte foreningen Herlev