Herz-LAG
Landes-Arbeitsgemeinschaft
für kardiologische Prävention und
Rehabilitation in Bayern e.V.

Herz-LAG Bayern: Fortbildungsangebot 2027
GESAMTÜBERSICHT

(Stand: 30.10.2026)

	UE	Quartal 1/27				TN
0127-F2	15	Spielerisches Ausdauertraining in Herzgruppen	86199 Göggingen	23.1. – 24.1.27	Sarah Wiesenberg	30
0227-F2	15	Stabilität, Kraft & Beweglichkeit: Gezieltes Training auf der Matte für Herzgruppen	85774 Unterföhring	5.2. – 6.2.27	Melina Eichner	15
0327-F2	15	Know-How für Herzinsuffizienzgruppen Zusatzqualifikation Innere Medizin **HerzinsuffizienztrainerIn** (DGPR)	82347 Bernried/ Höhenried	26.2. – 27.2.27	Dr. med. Christa Bongarth	20
0427-F1	8	Gut aufgestellt für die Herzgruppe: Kompakte Theorie- Impulse und Praxis-Ideen	Online-Kurs mit interaktiven Parts	1.3. – 31.3.27	Dr. phil. Petra Meyer-Pfaffel	30
0527-F2	15	Herz@Home – Online-Update für Herzgruppenleitende	Online-Kurs mit interaktiven Parts	1.3. – 31.3.27	Dr. phil. Petra Meyer-Pfaffel	60
0627-F2	15	Frischer Wind für Herzgruppen: Praxisideen & Kardiologie-Updates	1. Tag: ZOOM 2. Tag: 82327 Tutzing	5.3. – 6.3.27	Dr. phil. Petra Meyer-Pfaffel	15
0727-F2	15	Koordinieren & Kooperieren in Herzgruppen: Spiel- & Übungsformen, die Spaß machen	93444 Bad Kötzting	6.3. – 7.3.27	Thomas Kübler	15

	UE	Quartal 2/27				TN
0827-F2	15	Ausdauertraining in Herzgruppen: abwechslungsreich mit und ohne Geräte	87634 Obergünzburg	10.4. – 11.4.27	Herbert Heisler	18
0927-F2	15	Qualifizierungsfortbildung zur/zum **GBM-ReferentIn**	ZOOM	16.4. – 17.4.27	Dr. phil. Petra Meyer-Pfaffel	30
1027-F2	15	Dehnung & Mobility in Herzgruppen	96231 Bad Staffelstein-Schwabthal	17.4. – 18.4.27	Carmen Schlichting-Förtsch	25
1127-F2	15	Herzgruppen-Mix: Neue Impulse für Training und Spiel	96515 Sonneberg	4.6. – 5.6.27	Andrea Malter	12
1227-F2	15	Funktionelles Krafttraining in Herzgruppen – mit & ohne Geräte	97828 Marktheidenfeld	11.6. – 12.6.27	Markus Kirchner	18

	UE	Quartal 3/27				TN
1327-F2	15	**COPD – Begleiterkrankungen in Herzgruppen** Zusatzqualifikation Innere Medizin: **COPD – ÜbungsleiterIn** (DGPR)	93093 Donaustauf	24.9. – 25.9.27	Prof. Dr. med. Maximilian Malfertheiner	15
1427-F1	8	Hockergymnastik in Herzgruppen	96450 Coburg	25.9.27	Daniela König	20

	UE	Quartal 4/27				TN
1527-F2	15	**Diabetes mellitus – Begleiterkrankungen in Herzgruppen** Zusatzqualifikation Innere Medizin: **Diabetes mellitus – ÜbungsleiterIn** (DGPR)	96231 Bad Staffelstein-Schwabthal	9.10. – 10.10.27	Carmen Schlichting-Förtsch	25
1627-F2	15	Herzerkrankungen in Herzgruppen: Medizinische Updates und bewegte Praxis	83457 Bayerisch-Gmain	15.10. – 16.10.27	Priv.-Doz. Dr. med. Sebastian Göbel	25
1727-F2	15	Abwechslungsreiches Training in Herzgruppen – kraftvoll kombiniert	85591 Vaterstetten	16.10. – 17.10.27	Iris Diebels	20
1827-F1	8	Tiefenmuskulatur & Faszien in Herzgruppen	86343 Königsbrunn	23.10.2027	Sarah Wiesenberg	20
1927-F2	15	Vielfalt statt Routine: Neue Trainingsimpulse für Herzgruppen	94072 Bad Füssing	23.10. – 24.10.27	Gabriele Eichner	36
2027-F2	15	Adipositas & Herzgesundheit – Impulse für die Herzgruppe	83209 Prien a. Chiemsee	12.11. – 13.11.27	Dr. med. Inga Jahn	25
2127-F2	15	**Intensivierung Innere Medizin: COPD** Intensivierungsfortbildung für **COPD – ÜbungsleiterIn** (DGPR) **mit bestehender COPD-Lizenz**	83435 Bad Reichenhall	12.11. – 13.11.27	Dr. Matthias Limbach	15

		Ausbildungen 2027 – 120 UE				
A1-27	120	Ausbildung zur/zum **HerzgruppenleiterIn – Innere Medizin**	Online -Part | 94072 Bad Füssing-Würding	**Online:** 28.1. – 12.4.27 **Präsenzteil 1:** 11.3. – 14.3.27 **Präsenzteil 2:** 22.4. – 25.4.27	Dr. med. Christine Göser | Gabi Eichner	20
A2-27	120	Ausbildung zur/zum **HerzgruppenleiterIn – Innere Medizin**	Online -Part | 82347 Bernried-Höhenried	**Online:** 18.8. – 20.10.27 **Präsenzteil 1:** 3.10. – 8.10.27 **Präsenzteil 2:** 29.10. – 30.10.27	Dr. med. Christa Bongarth | Tina Schick	20
A3-27	120	Ausbildung zur/zum **HerzgruppenleiterIn – Innere Medizin**	Online -Part | 94072 Bad Füssing-Würding	**Online:** 25.8. – 25.10.27 **Präsenzteil 1:** 7.10. – 10.10.27 **Präsenzteil 2:** 4.11. – 7.11.27	Dr. med. Christine Göser | Gabi Eichner	20

		Kompakt-Ausbildungen 2027				
K1-27*	8	**Online-Kompaktkurs*** Ausbildung zur/zum **HerzgruppenleiterIn – Innere Medizin**	Online-Kurs mit interaktiven Parts	Einstieg jederzeit möglich*	Dr. phil. Petra Meyer-Pfaffel	
K2-27**	72	Ausbildungs-**Kompaktkurs**** zur/zum **HerzgruppenleiterIn – Innere Medizin***	Online -Part | 87634 Obergünzburg	**Online:** 18.2. – 12.4.27 **Präsenzteil:** 23.4. – 25.4.27	Dr. med. Friedemann Hirsch | Herbert Heisler	15

*Die Ausbildung „Online-Kompaktkurs“ K1-27 richtet sich ausschließlich an Sport- und BewegungswissenschaftlerInnen mit einem Studienschwerpunkt mit Bezug zur kardiologischen Rehabilitation. Vor Beginn der Online-Ausbildung muss dieser Qualifikations-Nachweis erbracht werden, wie auch einen aktuellen Nachweis über eine geeignete Erste-Hilfe-Maßnahme (9 UE in Präsenz, nicht älter als 24 Monate)

Der Ausbildungs-Kompaktkurs K2-27 richtet sich an **medizinisch-therapeutisches Fachpersonal: PhysiotherapeutInnen und ErgotherapeutInnen (jeweils mit abgeschlossener Berufsausbildung), akademische AbsolventInnen der Sport- und Bewegungswissenschaften (Einzelfallprüfung), Ärzte und Ärztinnen (Einzelfallprüfung).

Bitte beachten Sie zu allen Ausbildungskursen die Kursbeschreibung am Ende dieser Übersicht bzw. auf unserer Website www.herz-lag.de (Kurse > Ausbildungskurse ÜbungsleiterIn)

Herz-LAG
Landes-Arbeitsgemeinschaft
für kardiologische Prävention und
Rehabilitation in Bayern e.V.

BITTE BEACHTEN:

ANMELDUNG Kurse 2027:
Bitte melden Sie sich über unsere Website www.herz-lag.de (Kurse > Fortbildungen für ÜbungsleiterInnen bzw. Ausbildungskurse ÜbungsleiterIn) an bzw. nutzen Sie das digitale Anmeldeformular.

Wenn Sie mit einem Kurs der Herz-LAG Bayern e. V. die Lizenz einer anderen Organisation verlängern möchten, stellen Sie bitte vor der Buchung des Kurses sicher, dass diese Organisation den Kurs für die Verlängerung anerkennt.

Bestellungen per formloser E-Mail oder per Telefon werden nicht bearbeitet. Voranmeldungen und Reservierungen sind nicht möglich!

Pausenverpflegung: Gem. des Vorstandsbeschlusses vom 11.10.23 werden in den Zwischenpausen der Herz-LAG Fortbildungslehrgängen (8UE/15 UE) in Präsenz nur noch Getränke (Kaffee, Tee, Wasser; das Angebot kann je nach Kursort variieren) angeboten. Bitte beachten Sie ggf. individuelle Hinweise zur Verpflegung in dem jeweiligen Kursprogramm und bringen Sie bei Bedarf Snacks und darüberhinausgehende Getränke selbst mit. Bitte verzichten Sie während aller Herz-LAG Fortbildungen auf den Konsum alkoholischer Getränke. Bei Bedarf werden die Kosten vom Teilnehmenden auf eigene Kosten getragen.

Änderungen vorbehalten

Stand: 30.10.26

Herz-LAG
Landes-Arbeitsgemeinschaft
für kardiologische Prävention und
Rehabilitation in Bayern e.V.

Herz-LAG Bayern: Fortbildungsangebot 2027
KURSBESCHREIBUNGEN

Quartal 1/27				
0127-F2	Spielerisches Ausdauertraining in Herzgruppen	Präsenz Göggingen 15 UE	23.1. – 24.1.27 Anzahl Plätze: 30	Sarah Wiesenberg

Kursbeschreibung 0127-F2:

Mit Spaß und Bewegung das Herz-Kreislauf-System stärken
Diese praxisorientierte Fortbildung richtet sich an ÜbungsleiterInnen im Herzsport, die neue Impulse für ein abwechslungsreiches und motivierendes Ausdauertraining suchen. Im Mittelpunkt stehen spielerische Bewegungsformen, die sich unkompliziert in den Gruppenalltag integrieren lassen und Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Kraft auf unterhaltsame Weise miteinander verbinden.

Anhand von abwechslungsreichen Spielen, Boxelementen, Mini-Aerobic und Nordic Walking werden vielfältige Möglichkeiten vorgestellt und praktisch erprobt. Die Übungen lassen sich an unterschiedliche Leistungsniveaus anpassen und bieten neue Ideen für ein abwechslungsreiches Gruppentraining.

Ziel ist es, das Herz-Kreislauf-System spielerisch zu aktivieren, die Ausdauer zu fördern und Freude an der Bewegung zu vermitteln. Die Teilnehmenden erhalten direkt umsetzbare Anregungen, die flexibel in das eigene Herzsportangebot integriert werden können.

Dieser Kurs entspricht in weiten Teilen dem Kurs 0826-F2 aus dem Jahr 2026.

0227-F2	Stabilität, Kraft & Beweglichkeit: Gezieltes Training auf der Matte für Herzgruppen	Präsenz Unterföhring 15 UE	5.2. – 6.2.27 Anzahl Plätze: 15	Melina Eichner

Kursbeschreibung 0227-F2:

Diese praxisorientierte Fortbildung vermittelt ÜbungsleiterInnen vielfältige Anregungen, um Herzgruppen-Teilnehmende mit gezielten Übungen auf der Matte in ihrer Kraft, Stabilität und Beweglichkeit zu fördern und ihre Sicherheit im Alltag zu verbessern. Im Mittelpunkt stehen leicht umsetzbare Kräftigungsübungen, die dabei helfen, auch im Alltag auf dem Boden beweglich und selbstständig zu bleiben.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf Balance und Sturzprävention. Mithilfe einfacher, spielerischer Tests wird das individuelle Sturzrisiko ermittelt und ein Anhaltspunkt für mögliche Trainingsschwerpunkte gewonnen. Effektive Balance-Übungen trainieren Gleichgewicht, Standfestigkeit und Körperkontrolle. Ergänzend werden ausgewählte Pilates-Elemente vorgestellt, die an die Bedürfnisse von HerzpatientInnen angepasst sind und zur Verbesserung der Stabilität beitragen. Die Übungen lassen sich direkt in den Herzgruppenalltag integrieren und abwechslungsreich gestalten.

Dieser Kurs entspricht in weiten Teilen dem Kurs 0926-F2 aus dem Jahr 2026.

0327-F2	Know-How für **Herzinsuffizienzgruppen** Zusatzqualifikation Innere Medizin **HerzinsuffizienztrainerIn** (DGPR)	Präsenz Bernried/ Höhenried 15 UE	26.2. – 27.2.27 Anzahl Plätze: 20	Dr. med. Christa Bongarth

Kursbeschreibung 0327-F2:

Auch PatientInnen mit fortgeschrittener Herzinsuffizienz können von gezieltem, moderatem Training profitieren. Diese Fortbildung richtet sich speziell an ÜbungsleiterInnen, die Herzinsuffizienzgruppen leiten oder ihr Wissen für den Umgang mit weniger belastbaren HerzgruppenteilnehmerInnen erweitern möchten.
Grundlage bildet das **DGPR-Curriculum „Herzinsuffizienztrainer/DGPR“**, das aktuelle wissenschaftliche Maßgaben für die Arbeit in Herzinsuffizienzgruppen vermittelt. In Theorie und Praxis erwerben Sie die Kompetenz, Übungsstunden sicher und wirksam zu gestalten.

Das Besondere:
Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten Sie die Lizenz **„HerzinsuffizienztrainerIn/DGPR“** – Ihre Qualifikation zur Leitung einer Herzinsuffizienzgruppe.

Ihr Mehrwert:
- Spezialisierung auf die Zielgruppe Herzinsuffizienz
- Sicherheit im Umgang mit besonders belastungslimitierten PatientInnen
- Praxisnahe Übungen & Stundenkonzepte
- Offizielle Zusatzqualifikation „HerzinsuffizienztrainerIn/DGPR“

Dieser Kurs entspricht in weiten Teilen den Kursen 0825-F2/1625-F2 (2025) sowie 0326-F2/1726-F2 (2026).

0427-F1	Gut aufgestellt für die Herzgruppe: Kompakte Theorie-Impulse & Praxis-Ideen	Online-Kurs mit interaktiven Parts 8 UE	1.3. – 31.3.27 *Bearbeitungszeitraum* Anzahl Plätze: 30	Dr. phil. Petra Meyer-Pfaffel

Kursbeschreibung 0427-F1:

Diese digitale Fortbildung mit interaktiven Elementen richtet sich an ÜbungsleiterInnen von Herzgruppen, die ihr Fachwissen im Umgang mit Personen mit kardialen Erkrankungen auffrischen und neue Impulse für ihre Praxis gewinnen möchten. Kompakt aufbereitet erhalten Sie vielseitige Inhalte rund um **Rehabilitation, Prävention und das Herz-Kreislaufsystem**.

Neben fundierten Theorie-Impulsen liefert das Programm **konkrete Praxisideen**, die leicht in Ihren Übungsstunden umsetzbar sind:

- Praxisinhalte anschaulich erklärt mit detaillierten Praxis-Skripten zum Download
- Direkte Übertragbarkeit in die Herzgruppenarbeit vor Ort

Ihr Vorteil:
Sie lernen zeitlich flexibel, ohne Präsenztermine – und sind so bestens gerüstet für die Leitung Ihrer Herzgruppe.

Technische Voraussetzungen:

- Internetzugang
- Eigene E-Mail-Adresse
- Grundkenntnisse im Umgang mit PC/Internet

Die Inhalte dieses Kurses sind identisch mit dem Kurs 0426-F1 aus dem Jahr 2026

InhaberInnen von BVS-Lizenzen empfehlen wir für die Lizenzverlängerung die Kurse: 0427-F1 (8UE, Online) in Kombination mit einem weiteren Kurs über 8UE in Präsenz, Kurs 0627-F2 (Online/Präsenz) oder alle Präsenzkurse über 15UE. Für die Verlängerung der Lizenzen beim BVS Bayern müssen mind. 8 UE in Präsenz vor Ort erbracht werden.

0527-F2	Herz@Home: Online-Update für Herzgruppenleitende	Online-Kurs mit interaktiven Parts 15 UE	1.3. – 31.3.27 *Bearbeitungszeitraum* Anzahl Plätze: 60	Dr. phil. Petra Meyer-Pfaffel

Kursbeschreibung 0527-F2:

In dieser vollständig online durchgeführten Fortbildung erweitern HerzgruppenleiterInnen ihr theoretisches Wissen rund um das therapeutische Arbeiten und Erhalten neue Impulse für die Arbeit mit Teilnehmenden in Herzgruppen. Behandelt werden vielfältige Themen rund um **Herzerkrankungen, Rehabilitation, Herzgesundheit und Prävention** – kompakt, verständlich, praxisnah und mit interaktiven Elementen.

Neben den Theorie-Inputs erwarten Sie **praktische Ideen für Ihre Herzgruppenstunden**. Statt klassischer Sporthallen-Demos werden die Inhalte mit klaren Ablaufbeschreibungen vermittelt. Ergänzende **Praxis-Skripte zum Download** erleichtern die direkte Umsetzung in der Halle oder im Kursraum.

Ihre Vorteile:

- Kompakte Wissens-Updates für die Herzgruppenarbeit
- Neue Impulse für Theorie und Praxis
- Leicht übertragbare Übungsanleitungen für die Praxis

Technische Voraussetzungen:

- Internetzugang
- Eigene E-Mail-Adresse
- Grundkenntnisse im Umgang mit PC/Internet

Die Inhalte dieses Kurses sind identisch mit dem Kurs 0526-F2 aus dem Jahr 2026.

InhaberInnen von BVS-Lizenzen empfehlen wir für die Lizenzverlängerung die Kurse: 0427-F1 (8UE, Online) in Kombination mit einem weiteren Kurs über 8UE in Präsenz, Kurs 0627-F2 (Online/Präsenz) oder alle Präsenzkurse über 15UE. Für die Verlängerung der Lizenzen beim BVS Bayern müssen mind. 8 UE in Präsenz vor Ort erbracht werden.

0627-F2	Frischer Wind für Herzgruppen: Praxisideen & Kardiologie-Updates	Tag 1: ZOOM Tag2: Präsenz in Tutzing 15 UE	5.3. – 6.3.27 Anzahl Plätze: 15	Dr. phil. Petra Meyer-Pfaffel

Kursbeschreibung 0627-F2

Diese Fortbildung bringt neue Impulse in die Arbeit mit Herzgruppen und verbindet aktuelle theoretische Erkenntnisse mit abwechslungsreichen Bewegungsideen. Die Teilnehmenden erhalten konkrete Anregungen für motivierende, freudbetonte und therapeutisch wirksame Übungsstunden, die sich direkt in den Gruppenalltag integrieren lassen.
Ergänzend vermitteln kompakte Updates aus der Kardiologie aktuelles Wissen, das für die Betreuung von HerzpatientInnen relevant ist. Ziel ist es, neue Ideen für die praktische Arbeit zu liefern, die Gestaltung der Übungsstunden zu bereichern und die Sicherheit im Training sowie bei der medizinischen Einordnung zu stärken.

Technische Voraussetzungen:

- Internetzugang
- Eigene E-Mail-Adresse
- Grundkenntnisse im Umgang mit PC/Internet

0727-F2	Koordinieren und kooperieren in Herzgruppen: Spiel- und Übungsformen, die Spaß machen	Präsenz Bad Kötzting 15 UE	6.3. – 7.3.27 Anzahl Plätze: 15	Thomas Kübler

Kursbeschreibung 0727-F2

Die veränderte Altersstruktur und zunehmende Multimorbidität in ambulanten Herzgruppen stellen neue Anforderungen an die Gestaltung des Übungsbetriebs. Insbesondere Koordination und Gleichgewichtsfähigkeit gewinnen an Bedeutung.

In dieser praxisorientierten Fortbildung werden abwechslungsreiche Übungen mit und ohne Kleingeräte vorgestellt, die sich gezielt in die Herzgruppenarbeit integrieren lassen. Partner- und Gruppenübungen sowie verschiedene Spielformen fördern die Motivation, das gemeinsame Handeln und ein freudvolles Miteinander. Ergänzend erhalten die Teilnehmenden wichtige Hinweise zur Anpassung der Übungen an die eigene Gruppe.

Der theoretische Teil umfasst Informationen zur Herzinsuffizienz, aktuelle Hinweise aus der Herz-LAG Bayern sowie die Auffrischung der Herz-Lungen-Wiederbelebung.

Quartal 2/27				
0827-F2	Ausdauertraining in Herzgruppen: abwechs-lungsreich mit und ohne Geräte	Präsenz Obergünzburg 15 UE	10.4. – 11.4.27 Anzahl Plätze: 18	Herbert Heisler

Kursbeschreibung 0827-F2:

Wie lässt sich Ausdauertraining in Herzgruppen abwechslungsreich gestalten und an unterschiedliche Leistungsniveaus anpassen?

Diese praxisorientierte Fortbildung zeigt vielfältige Möglichkeiten für ein abwechslungsreiches Training **mit und ohne Geräte**. Im Mittelpunkt stehen unterschiedliche Ausdauerformen, die sowohl an Fitnessgeräten als auch ohne Geräte umgesetzt werden können. Die Teilnehmenden lernen verschiedene Trainingsmöglichkeiten kennen und erhalten Anregungen, wie sich diese sinnvoll und zielgruppengerecht in die Herzgruppenarbeit integrieren lassen. Ergänzend werden gegebenenfalls Kleingeräte einbezogen, um weitere Variationsmöglichkeiten zu schaffen. Dabei geht es um eine ausgewogene Kombination verschiedener Trainingsformen, die motiviert, das Herz-Kreislauf-System stärkt und individuell angepasst werden kann.

Ziel ist es, neue Ideen für ein abwechslungsreiches, motivierendes und sicher dosierbares Ausdauertraining mitzunehmen und direkt in den eigenen Gruppenalltag zu übertragen.

0927-F2	Qualifizierungsfortbildung zur/zum **GBM-ReferentIn**	ZOOM 15 UE	16.4. – 17.4.27 Anzahl Plätze: 30	Dr. phil. Petra Meyer-Pfaffel

Kursbeschreibung 0927-F2:

Herzgruppenträger können neben den praktischen Bewegungsstunden für ihre Herzgruppen auch sogenannte **„Gesundheitsbildende Maßnahmen“ (GBM)** anbieten und mit den Kostenträgern abrechnen.

Im Rahmen dieser Fortbildung werden die acht von den Kostenträgern festgelegten Themen zu einem gesundheitsorientierten Lebensstil sowie die dazugehörigen Vorträge und PowerPoint-Präsentationen der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauferkrankungen (DGPR) ausführlich vorgestellt, besprochen und erläutert.Ergänzend werden methodisch-didaktische Aspekte sowie organisatorische Rahmenbedingungen für die Durchführung von GBM thematisiert. Nach Abschluss erhalten die Teilnehmenden sämtliche GBM-PowerPoint-Präsentationen und weitere GBM-Unterlagen.

Mit erfolgreicher Teilnahme erwerben InhaberInnen der Lizenz der Herz-LAG Bayern das Zertifikat **„GBM-ReferentIn“**, das in Ihre Lizenz neu eingetragen wird**. Die Herz-LAG-Lizenz mit diesem neu hinzugekommenen Eintrag ist bei der ARGE Rehasport vorzulegen. Anschließend können Sie als GBM-ReferentInnen für ihren Herzgruppenträger tätig werden.**

Teilnehmende mit Lizenzen anderer Institutionen als der Herz-LAG Bayern müssen mit ihrer Institution, die ihre Lizenz ausgegeben hat, selbst klären, wie dort formell mit der neuen Qualifikation verfahren wird, damit sie sich gegenüber der ARGE-Rehasport als GBM-ReferentInnen ausweisen können. Das Ausstellen einer Neu-Lizenz der Herz-LAG für die externen LizenzinhaberInnen, die isoliert nur für die Qualifikation „GBM-ReferentIn“ gilt, ist nicht möglich.

Die vollständig online über ZOOM durchgeführte Fortbildung kann zudem zur Verlängerung aller Lizenzen der Herz-LAG Bayern genutzt werden.

Technische Voraussetzungen:

- Internetzugang
- Eigene E-Mail-Adresse
- Grundkenntnisse im Umgang mit PC/Internet

Diese Fortbildung ist für InhaberInnen anderer Lizenzen nur eingeschränkt geeignet, da für die Verlängerung der Lizenzen, z. B. beim BVS Bayern, mind. 8 UE in Präsenz vor Ort erbracht werden müssen.

1027-F2	Dehnung und Mobility in Herzgruppen	Präsenz Bad Staffelstein 15 UE	17.4. – 18.4.27 Anzahl Plätze: 25	Carmen Schlichting-Förtsch

Kursbeschreibung 1027-F2:

In dieser Fortbildung dreht sich alles um einfache, aber wirkungsvolle Übungen, die Sie direkt in Ihren Herzgruppenstunden einsetzen können – im Sitzen, im Stehen oder auch im Wasser.
Ziel ist es, Beweglichkeit und Wohlbefinden der Teilnehmenden an Herzgruppen nachhaltig zu fördern.

Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Praxisprogramm mit Elementen aus:

- **Faszienmobilität** zur besseren Körperwahrnehmung
- **Yoga-Flow & Qi Gong** für Ruhe, Balance und Beweglichkeit
- **Längenzirkel** – Outdoor und Indoor
- **Barfußweg** für sensorisches Training
- **Wassergymnastik** als gelenkschonende Ergänzung

Abgerundet wird das aktive Übungsprogramm durch spannende Theorie-Vorträge, die Ihnen fundiertes Hintergrundwissen liefern – u. a. zu **Muskeln und Faszien**, sowie zu **Ernährungsthemen** wie Cholesterin, Wechselwirkungen zwischen Medikamenten und Nahrungsmitteln oder die Rolle von Mikronährstoffen.

Dieser Kurs entspricht in weiten Teilen dem Kurs 0726-F2 aus dem Jahr 2026.

1127-F2	Herzgruppen-Mix: Neue Impulse für Training & Spiel	Präsenz Sonneberg 15 UE	4.6. – 5.6.27 Anzahl Plätze: 12	Andrea Malter

Kursbeschreibung 1127-F2:

Diese praxisnahe Fortbildung bietet ÜbungsleiterInnen vielfältige Trainingsimpulse für die Arbeit mit Herzgruppen sowie für die Betreuung von Lungensport- und pAVK-Teilnehmenden. Im Mittelpunkt stehen abwechslungsreiche und effektiv umsetzbare Trainingsformen, die neue Möglichkeiten für die Gestaltung der Übungsstunden eröffnen.

Vorgestellt und praktisch erprobt werden **Zirkeltraining mit Kleingeräten**, **Intervalltraining** sowie motivierende Spielformen für TeilnehmerInnen am Rehasport Innere Medizin. Ergänzend werden Möglichkeiten des **Outdoorsports für Lungensport- und pAVK-Teilnehmende** aufgezeigt. Die verschiedenen Trainingsansätze lassen sich flexibel an die Voraussetzungen und Leistungsniveaus der jeweiligen Gruppe anpassen.

Ziel ist es, neue Ideen für ein abwechslungsreiches, motivierendes und wirkungsvolles Training mitzunehmen und direkt in die praktische Arbeit zu integrieren. Die Fortbildung verbindet Trainings-Updates für Körper und Kopf mit konkreten Anregungen für den Gruppenalltag.

1227-F2	Funktionelles Krafttraining in Herzgruppen – mit und ohne Geräte	Präsenz Marktheidenfeld 15 UE	11.6. – 12.6.27 Anzahl Plätze: 18	Markus Kirchner

Kursbeschreibung 1227-F2:

Funktionelles Krafttraining im Herzsport zielt darauf ab, die für den Alltag wichtigen Bewegungsabläufe zu verbessern, die Skelettmuskulatur zu stärken und Bewegungen ökonomischer zu gestalten.
Im Gegensatz zum isolierten Training einzelner Muskeln werden dabei möglichst viele Muskelgruppen in alltagsnahen, koordinierten Bewegungen angesprochen. Dies unterstützt die körperliche Leistungsfähigkeit, verbessert die Stabilität und kann dazu beitragen, das Herz-Kreislauf-System durch effizientere Bewegungsabläufe zu entlasten.

Ziel dieser praxisorientierten Fortbildung ist es, die vielfältigen Möglichkeiten der Übungssteuerung in Herzsportgruppen aufzuzeigen. Die Teilnehmenden erhalten Anregungen, wie funktionelle Kraftübungen zielgruppengerecht ausgewählt, dosiert und in abwechslungsreiche Übungsstunden integriert werden können. Dabei steht die praktische Umsetzbarkeit für unterschiedliche Leistungsniveaus im Mittelpunkt.

Quartal 3/27				
1327-F2	**COPD –** Begleiterkrankungen in Herzgruppen Zusatzqualifikation Innere Medizin: **COPD – ÜbungsleiterIn**	Präsenz Donaustauf 15 UE	24.9. – 25.9.27 Anzahl Plätze: 15	Prof. Dr. med. Maximilian Malfertheiner

Kursbeschreibung 1327-F2:

Herzgruppenleitende sind in ihren Gruppen immer wieder mit Teilnehmern konfrontiert, die nicht nur herzkrank sind, sondern auch unter **chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD)** leiden. Dieser Kurs setzt an dieser Erkenntnis an und unterstützt so die HerzgruppenleiterInnen, betroffene Personen in ihrer Herzgruppe angemessen zu betreuen.

In diesem Kurs geht es darum, den Übungsleitenden Handlungskompetenz für chronisch Lungenerkrankte zu vermitteln. Diese besteht aus atemphysiotherapeutischen Maßnahmen, die leicht in Gruppen umzusetzen sind, krankheitspezifisches Ausdauer- und Krafttraining sowie Basiswissen zu Schulungs- und Edukationsinhalten („Krankheitsmanagement“) bei COPD.

Das Besondere an diesem Kurs: Nach vollständiger Teilnahme über die 15 UE erhalten Sie die ÜbungsleiterInnen-Lizenz der Herz-LAG Bayern zur Leitung von Rehasport-Gruppen mit der Indikation COPD.

Bitte beachten Sie: Die Kursinhalte thematisieren v. a. das Krankheitsbild COPD!

1427-F1	Hockergymnastik in Herzgruppen	Präsenz Coburg 8 UE	25.9.27 Anzahl Plätze: 20	Daniela König

Kursbeschreibung 1427-F1:

Diese praxisorientierte Fortbildung richtet sich an ÜbungsleiterInnen, die ihren Herzgruppen abwechslungsreiche und motivierende Bewegungsangebote auf dem Hocker vermitteln möchten.
Im Mittelpunkt stehen vielfältige Bewegungsideen aus der Hockergymnastik, die sich gezielt mit Elementen aus Sitzgymnastik sowie Übungen zur Mobilisation, Kräftigung und Koordination verbinden lassen.

Die Teilnehmenden lernen unterschiedliche Übungsformen kennen, die auch bei eingeschränkter Belastbarkeit oder eingeschränkter Beweglichkeit eingesetzt werden können. Musik und verschiedene Kleingeräte sorgen für zusätzliche Abwechslung und eröffnen zahlreiche Möglichkeiten, die Übungsstunden kreativ und freudvoll zu gestalten. Die Fortbildung vermittelt praktische Anregungen, die sich direkt in den Herzgruppenalltag integrieren und an die jeweiligen Bedürfnisse der Gruppe anpassen lassen.

Quartal 4/27				
1527-F2	**Diabetes mellitus –** Begleiterkrankungen in Herzgruppen Zusatzqualifikation Innere Medizin: **Diabetes mellitus-ÜbungsleiterIn** (DGPR)	Präsenz Bad Staffelstein 15 UE	9.10. – 10.10.27 Anzahl Plätze: 25	Carmen Schlichting-Förtsch

Kursbeschreibung 1527-F2:

Der Herzgruppen-Alltag zeigt, dass viele Teilnehmende neben ihrer Herzerkrankung auch an **Diabetes mellitus** leiden. Diese Fortbildung vermittelt HerzgruppenleiterInnen wichtige Grundlagen, um betroffene Personen in ihren Gruppen angemessen und sicher zu betreuen.

Im Mittelpunkt stehen medizinische Aspekte des Diabetes mellitus sowie die Frage, worauf im Umgang mit betroffenen Teilnehmenden theoretisch und praktisch zu achten ist. Thematisiert werden relevante Besonderheiten für die Herzgruppenarbeit und der sichere Umgang mit möglichen Herausforderungen im Übungsbetrieb. Ergänzend sind praktische Einheiten vorgesehen, in denen die Inhalte anschaulich vermittelt und auf die Umsetzung im Gruppenalltag übertragen werden.

Das Besondere an diesem Kurs: Nach vollständiger Teilnahme an diesem Kurs erhalten Sie die ÜbungsleiterInnen-Lizenz der Herz-LAG Bayern zur Leitung von Rehasport-Gruppen mit der Indikation Diabetes mellitus.

Bitte beachten Sie: Die Kursinhalte dieser Fortbildung thematisieren v.a. das Krankheitsbild der Diabetes mellitus!

1627-F2	Herzerkrankungen in Herzgruppen: Medizinische Updates und bewegte Praxis	Präsenz Bayerisch Gmain 15 UE	15.10. – 16.10.27 Anzahl Plätze: 25	Priv.-Doz. Dr. med. Sebastian Göbel

Kursbeschreibung 1627-F2:

Diese Fortbildung beleuchtet verschiedene Herzerkrankungen und die damit verbundenen Herausforderungen für die therapeutische Arbeit in Herzgruppen. Im Mittelpunkt stehen die **medizinischen Grundlagen ausgewählter Krankheitsbilder**, darunter die koronare Herzkrankheit, Herzinsuffizienz und Vorhofflimmern. Die Teilnehmenden erfahren, wie diese Erkrankungen entstehen, welche Veränderungen sie im Körper auslösen und welche Auswirkungen sie auf die Belastbarkeit und das Training haben.

Ergänzend werden aktuelle, krankheitsspezifische Trainingsempfehlungen vermittelt und deren Umsetzung in der Herzgruppenarbeit thematisiert. Ziel ist es, medizinisches Wissen aufzufrischen, Zusammenhänge verständlich zu machen und mehr Sicherheit bei der Planung und Gestaltung eines geeigneten, individuell angepassten Trainings zu gewinnen

1727-F2	Abwechslungsreiches Training in Herzgruppen – kraftvoll kombiniert	Präsenz Vaterstetten 15 UE	16.10. – 17.10.27 Anzahl Plätze: 20	Iris Diebels

Kursbeschreibung 1727-F2:

In dieser Fortbildung erleben ÜbungsleiterInnen eine abwechslungsreiche Kombination aus **Kraft, Ausdauer, Core-Training und Balance** – passgenau für die Arbeit mit Herzgruppen.
Ziel ist es, vielfältige Trainingsmethoden kennenzulernen, die das Herz-Kreislauf-System stärken, die Muskulatur aufbauen und die Beweglichkeit fördern – und dabei vor allem Freude an der Bewegung vermitteln.

Das Programm deckt eine große Bandbreite ab:

- **Zirkeltraining & Konditionseinheiten** für Ausdauer und Belastbarkeit
- **Koordinations- und Reaktionstraining** zur Verbesserung von Beweglichkeit und Aufmerksamkeit
- **Step-Elemente & Core-Übungen** für Rumpfstabilität und Herz-Kreislauf-Aktivierung
- **Balance-Übungen** für Standfestigkeit und Sturzprävention
- **Entspannungsübungen** für Regeneration und innere Ruhe
- **Gedächtnistraining** zur Förderung der kognitiven Leistungsfähigkeit

Dieser Kurs entspricht in weiten Teilen dem Kurs 1026-F2 aus dem Jahr 2026.

1827-F1	Tiefenmuskulatur und Faszien in Herzgruppen	Präsenz Königsbrunn 8 UE	23.10.27 Anzahl Plätze: 20	Sarah Wiesenberg

Kursbeschreibung 1827-F1:

Diese praxisorientierte Fortbildung vermittelt moderne Trainingsansätze zur Aktivierung der Tiefenmuskulatur und der Faszienmobilisation, speziell zugeschnitten auf die Bedürfnisse von Herzgruppen-TeilnehmerInnen.

Neben innovativen Praxiseinheiten zu faszienorientierten Bewegungskonzepten zur Förderung von Mobilität, Elastizität und Körperwahrnehmung, der Stimulation der Tiefenmuskulatur durch wassergefüllte Fitnessbögen und der Aktivierung der Core-Muskulatur werden auch spielerische Übungen zu Koordination und Gehirnjogging vorgestellt.

Ziel ist es, Herzgruppen mit abwechslungsreichen, sicheren und motivierenden Bewegungsangeboten zu bereichern und Übungsleitende mit neuen Methoden und kreativen Impulsen für den Rehabilitationssport auszustatten.

Dieser Kurs entspricht in weiten Teilen dem Kurs 2126-F1 aus dem Jahr 2026.

1927-F2	Vielfalt statt Routine: Neue Trainingsimpulse in Herzgruppen	Präsenz Bad Füssing 15 UE	23.10. – 24.10.27 Anzahl Plätze: 36	Gabi Eichner

Kursbeschreibung 1927-F2:

Diese Fortbildung bietet eine breite Auswahl an interessanten und praxisnahen Inhalten für Herzgruppen sowie Rehagruppen der Inneren Medizin. Teilnehmende können zu Beginn der Veranstaltung zwischen parallellaufenden Kursen wählen und sich so gezielt auf die für sie passenden Themen konzentrieren.

Vorgestellt werden sowohl bewährte Übungsformen, die sich in Herzgruppen bereits etabliert haben, als auch neue Ansätze und Impulse, die frischen Schwung in die Arbeit mit den Gruppen bringen. Ziel ist es, die Vielfalt an Bewegungsangeboten zu erweitern, die Motivation der Teilnehmenden zu fördern und die Qualität der Übungsstunden weiter zu steigern.

2027-F2	Adipositas & Herzgesundheit: Impulse für die Herzgruppenarbeit	Präsenz Prien a. Chiemsee 15 UE	12.11. – 13.11.27 Anzahl Plätze: 25	Dr. med. Inga Jahn

Kursbeschreibung 2027-F2:

Adipositas ist nicht nur eine eigenständige Erkrankung, sondern auch ein wesentlicher Risikofaktor für das Herz-Kreislauf-System. In Herzgruppen treffen Übungsleitende immer häufiger auf Teilnehmende, die neben einer Herzerkrankung auch von Adipositas betroffen sind. Mit der Erkrankung gehen oft Komorbiditäten wie Diabetes mellitus, Bluthochdruck, Gelenkprobleme oder Schlafapnoe einher, die im Training berücksichtigt werden müssen.

Diese Fortbildung vermittelt fundiertes Wissen über die Auswirkungen von Adipositas auf das Herz-Kreislauf-System und zeigt auf, welche besonderen Anforderungen sich daraus für die Betreuung in Herzgruppen ergeben. Dabei wird die Frage beantwortet, wie adipöse HerzpatientInnen sicher und zielgerichtet behandelt sowie bewegt werden können.

Dieser Kurs entspricht in weiten Teilen dem Kurs 1826-F2 aus dem Jahr 2026.

2127-F2	**Intensivierung Innere Medizin: COPD** Intensivierungsfortbildung für **COPD-ÜbungsleiterInnen mit bestehender Lizenz**	Präsenz Bad Reichenhall 15 UE	12.11. – 13.11.27 Anzahl Plätze: 15	Dr. Matthias Limbach

Kursbeschreibung 2127-F2:

Diese neu entwickelte Fortbildung richtet sich an **Herzgruppen-Übungsleitende mit bestehender COPD-Lizenz,** die ihr Wissen gezielt vertiefen und erweitern möchten. Aufbauend auf den Inhalten der Qualifikationsfortbildungen vermittelt sie aktuelle Erkenntnisse, praxisnahe Handlungsempfehlungen und neue Impulse für die Arbeit in Herz- und Lungensportgruppen.

Die Teilnehmenden erhalten wertvolles Hintergrundwissen sowie konkrete Ideen, die sich direkt in die Praxis umsetzen lassen. So gewinnen Übungsleitende zusätzliche Sicherheit im Umgang mit COPD-PatientInnen und erweitern ihr methodisches Repertoire für eine abwechslungsreiche und kompetente Betreuung.

Mit dieser Herz-LAG Fortbildung kann keine COPD-Lizenz erworben werden, da sie sich an Übungsleitende mit bestehender COPD-Lizenz richtet.

Änderungen vorbehalten

Stand: 15.10.2026

Herz-LAG
Landes-Arbeitsgemeinschaft
für kardiologische Prävention und
Rehabilitation in Bayern e.V.

Herz-LAG Bayern: Ausbildungslehrgänge 2027
HERZGRUPPENLEITER/IN (DGPR) – INNERE MEDIZIN

1. Halbjahr 2027				
A1-27	Herzgruppenübungsleitung (DGPR) – Innere Medizin 120 UE	Online-Part und Präsenz	Bad Füssing Anzahl Plätze: 20	Dr. med. Christine Göser Gabi Eichner

Ausbildungsbeschreibung A1-27:

Ausbildungsziel

Die Ausbildung qualifiziert Sie zur professionellen Leitung von Herzgruppen sowie weiteren Rehasportgruppen im Bereich Innere Medizin. Sie erwerben Fachwissen und praktische Kompetenzen, um:

- Sport und Bewegung in der Rehabilitation, insbesondere in Herzgruppen, gezielt einzusetzen,
- rehabilitative Ziele in Herzgruppen zu planen, umzusetzen und zu evaluieren,
- organisatorische Aspekte rund um das Angebot „Herzgruppe“ souverän zu gestalten.

Unterrichtet werden Sie von akademisch ausgebildeten und/oder klinisch erfahrenen Lehrteams mit hoher Expertise in Prävention und Rehabilitation.

Umfang und Abschluss

Die Ausbildung umfasst **120 Unterrichtseinheiten (UE)** und deckt inhaltlich die gesamte Innere Medizin ab.
Mit erfolgreichem Abschluss erhalten Sie:

- die **Übungsleiterlizenz zur Leitung von Herzgruppen**,
- zusätzlich die **Übungsleiterlizenzen zur Leitung von Diabetes-, Lungen- und Gefäßsportgruppen**.

Lernformate

Die Ausbildung ist **semivirtuell** aufgebaut:

- **Online-Schulung (eLearning):** Flexible Bearbeitung von Inhalten über die Lernplattform der Herz-LAG Bayern – bequem von zuhause.
- **Präsenzphasen:** Vertiefung, Austausch und praktische Übungen vor Ort.

Die Online-Plattform ist benutzerfreundlich. Bei Fragen oder technischen Problemen steht das Team der Herz-LAG jederzeit unterstützend zur Seite.

Curriculum

Grundlage ist das Curriculum **„HerzgruppenleiterIn DGPR – Innere Medizin“** der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauferkrankungen e.V. (DGPR). Die Ausbildung orientiert sich an den aktuellen medizinischen und sportwissenschaftlichen Standards.

Teilnahmevoraussetzungen

Für die Teilnahme benötigen Sie eine der folgenden Qualifikationen:

- Diplom-Sportwissenschaft,
- B.A./M.A. Sportwissenschaft,
- B.Sc. Wissenschaftliche Grundlagen des Sports,
- Physiotherapie, Ergotherapie,
- MasseurIn / med. BademeisterIn,
- ÜbungsleiterIn BLSV (ab 1. Lizenzstufe),
- BVS Bayern ÜbungsleiterIn C Breitensport für Menschen mit Behinderung.

Zusätzlich erforderlich sind:

- Nachweis und Nachbereitung von **5 Hospitationen** in Rehasportgruppen (Innere Medizin), davon mind. 3 Hospitationen in 2 verschiedenen Herzgruppen,
- Nachweis über **mind. 9 UE Erste-Hilfe** (Präsenzkurs, nicht älter als 24 Monate),
- gesundheitliche Eignung,
- gültige E-Mail-Adresse, Internetzugang sowie PC/Laptop oder Tablet.

Terminübersicht A1-27		
Online-Lernphase	28.1. – 12.4.2027	Theorie-Module auf Herz-LAG Lernplattform in freier Zeiteinteilung, keine Präsenz
Präsenzteil 1	11.3. – 14.3.2027	Präsenz in Bad Füssing
Präsenzteil 2	22.4. – 25.4.2027	Präsenz in Bad Füssing Abschlussprüfung
Anmeldeschluss	14.1.2027	
Kursbeginn:	28.1.2027	

K2-27	Ausbildungs-Kompaktkurs zur Herzgruppenübungsleitung (DGPR) – Innere Medizin 72 UE	Online-Part und Präsenz	Obergünzburg Anzahl Plätze: 15	Dr. med. Friedemann Hirsch Herbert Heisler

Ausbildungsbeschreibung K2-27:

Ausbildungsziel

Diese – in 2026 neu konzipierte – Ausbildung qualifiziert **medizinisch-therapeutisches Fachpersonal mit abgeschlossener Berufsausbildung** zur professionellen Leitung von Herzgruppen sowie weiterer Rehabilitationssportgruppen im Bereich Innere Medizin.

Die Teilnehmenden erwerben Fachwissen und praktische Kompetenzen, um:

- Sport und Bewegung in der Rehabilitation, insbesondere in Herzgruppen, gezielt einzusetzen,
- rehabilitative Ziele zu planen, umzusetzen und zu evaluieren,
- organisatorische Aspekte rund um das Angebot „Herzgruppe“ sicher zu gestalten.

Der Unterricht wird von akademisch ausgebildeten und/oder klinisch erfahrenen Lehrteams mit hoher Expertise in Prävention und Rehabilitation durchgeführt.

Umfang und Abschluss

Die Ausbildung umfasst **72 Unterrichtseinheiten (UE)** und deckt inhaltlich die gesamte Innere Medizin ab.
Mit erfolgreichem Abschluss erhalten Sie:

- die **Übungsleiterlizenz zur Leitung von Herzgruppen**,
- zusätzlich die **Übungsleiterlizenzen zur Leitung von Diabetes-, Lungen- und Gefäßsportgruppen**.

Lernformate

Die Ausbildung ist **semivirtuell** aufgebaut:

- **Online-Schulung (eLearning):** Flexible Bearbeitung von Inhalten über die Lernplattform der Herz-LAG Bayern – bequem von zuhause.
- **Präsenzphase:** Vertiefung, Austausch und praktische Übungen vor Ort.

Die Online-Plattform ist benutzerfreundlich. Bei Fragen oder technischen Problemen steht das Team der Herz-LAG jederzeit unterstützend zur Seite.

Curriculum

Grundlage ist das Curriculum **„HerzgruppenleiterIn DGPR – Innere Medizin“** der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauferkrankungen e.V. (DGPR).
Die Ausbildung orientiert sich an den aktuellen medizinischen und sportwissenschaftlichen Standards.

Teilnahmevoraussetzungen

Zugelassen sind **Fachkräfte mit abgeschlossener Berufsausbildung** mit einer der folgenden Qualifikationen:

- Physiotherapie
- Ergotherapie
- AbsolventInnen Sport- und Bewegungswissenschaft (Einzelfallprüfung)
- Arzt/Ärztin (Einzelfallprüfung)

Zusätzlich erforderlich sind:

- Nachweis von **5 Hospitationen** in Rehasportgruppen (Innere Medizin), davon mind. 3 Hospitationen in 2 verschiedenen Herzgruppen,
- Nachweis über **mind. 9 UE Erste-Hilfe** (Präsenzkurs, nicht älter als 24 Monate),
- gesundheitliche Eignung,
- gültige E-Mail-Adresse, Internetzugang sowie PC/Laptop oder Tablet.

Terminübersicht K2-27		
Online-Lernphase	18.2. – 12.4.2027	Theorie-Module auf Herz-LAG Lernplattform in freier Zeiteinteilung, keine Präsenz
Präsenzteil	23.4. – 25.4.2027	Präsenz in Obergünzburg Abschlussprüfung
Anmeldeschluss	3.2.2027	
Kursbeginn:	18.2.2027	

2. Halbjahr 2027				
A2-27	Herzgruppenübungsleitung (DGPR) – Innere Medizin 120 UE	Online-Part und Präsenz	Höhenried/ Bernried Anzahl Plätze: 20	Dr. med. Christa Bongarth Tina Schick

Ausbildungsbeschreibung A2-27:

Ausbildungsziel

Die Ausbildung qualifiziert Sie zur professionellen Leitung von Herzgruppen sowie weiteren Rehasportgruppen im Bereich Innere Medizin. Sie erwerben Fachwissen und praktische Kompetenzen, um:

- Sport und Bewegung in der Rehabilitation, insbesondere in Herzgruppen, gezielt einzusetzen,
- rehabilitative Ziele in Herzgruppen zu planen, umzusetzen und zu evaluieren,
- organisatorische Aspekte rund um das Angebot „Herzgruppe“ souverän zu gestalten.

Unterrichtet werden Sie von akademisch ausgebildeten und/oder klinisch erfahrenen Lehrteams mit hoher Expertise in Prävention und Rehabilitation.

Umfang und Abschluss

Die Ausbildung umfasst **120 Unterrichtseinheiten (UE)** und deckt inhaltlich die gesamte Innere Medizin ab.
Mit erfolgreichem Abschluss erhalten Sie:

- die **Übungsleiterlizenz zur Leitung von Herzgruppen**,
- zusätzlich die **Übungsleiterlizenzen zur Leitung von Diabetes-, Lungen- und Gefäßsportgruppen**.

Lernformate

Die Ausbildung ist **semivirtuell** aufgebaut:

- **Online-Schulung (eLearning):** Flexible Bearbeitung von Inhalten über die Lernplattform der Herz-LAG Bayern – bequem von zuhause.
- **Präsenzphasen:** Vertiefung, Austausch und praktische Übungen vor Ort.

Die Online-Plattform ist benutzerfreundlich. Bei Fragen oder technischen Problemen steht das Team der Herz-LAG jederzeit unterstützend zur Seite.

Curriculum

Grundlage ist das Curriculum **„HerzgruppenleiterIn DGPR – Innere Medizin“** der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauferkrankungen e.V. (DGPR). Die Ausbildung orientiert sich an den aktuellen medizinischen und sportwissenschaftlichen Standards.

Teilnahmevoraussetzungen

Für die Teilnahme benötigen Sie eine der folgenden Qualifikationen:

- Diplom-Sportwissenschaft,
- B.A./M.A. Sportwissenschaft,
- B.Sc. Wissenschaftliche Grundlagen des Sports,
- Physiotherapie, Ergotherapie,
- MasseurIn / med. BademeisterIn,
- ÜbungsleiterIn BLSV (ab 1. Lizenzstufe),
- BVS Bayern ÜbungsleiterIn C Breitensport für Menschen mit Behinderung.

Zusätzlich erforderlich sind:

- Nachweis und Nachbereitung von **5 Hospitationen** in Rehasportgruppen (Innere Medizin), davon mind. 3 Hospitationen in 2 verschiedenen Herzgruppen,
- Nachweis über **mind. 9 UE Erste-Hilfe** (Präsenzkurs, nicht älter als 24 Monate),
- gesundheitliche Eignung,
- gültige E-Mail-Adresse, Internetzugang sowie PC/Laptop oder Tablet.

Terminübersicht A2-27		
Online-Lernphase	18.8. – 20.10.2027	Theorie-Module auf Herz-LAG Lernplattform in freier Zeiteinteilung, keine Präsenz
Präsenzteil 1	3.10. – 8.10.2027	Präsenz in Höhenried
Präsenzteil 2	29.10. – 30.10.2027	Präsenz in Höhenried Abschlussprüfung
Anmeldeschluss	14.7.2027	
Kursbeginn:	18.8.2027	

A3-27	Herzgruppenübungsleitung (DGPR) – Innere Medizin 120 UE	Online-Part und Präsenz	Bad Füssing Anzahl Plätze: 20	Dr. med. Christine Göser Gabi Eichner

Ausbildungsbeschreibung A3-27:

Ausbildungsziel

Die Ausbildung qualifiziert Sie zur professionellen Leitung von Herzgruppen sowie weiteren Rehasportgruppen im Bereich Innere Medizin. Sie erwerben Fachwissen und praktische Kompetenzen, um:

- Sport und Bewegung in der Rehabilitation, insbesondere in Herzgruppen, gezielt einzusetzen,
- rehabilitative Ziele in Herzgruppen zu planen, umzusetzen und zu evaluieren,
- organisatorische Aspekte rund um das Angebot „Herzgruppe“ souverän zu gestalten.

Unterrichtet werden Sie von akademisch ausgebildeten und/oder klinisch erfahrenen Lehrteams mit hoher Expertise in Prävention und Rehabilitation.

Umfang und Abschluss

Die Ausbildung umfasst **120 Unterrichtseinheiten (UE)** und deckt inhaltlich die gesamte Innere Medizin ab.
Mit erfolgreichem Abschluss erhalten Sie:

- die **Übungsleiterlizenz zur Leitung von Herzgruppen**,
- zusätzlich die **Übungsleiterlizenzen zur Leitung von Diabetes-, Lungen- und Gefäßsportgruppen**.

Lernformate

Die Ausbildung ist **semivirtuell** aufgebaut:

- **Online-Schulung (eLearning):** Flexible Bearbeitung von Inhalten über die Lernplattform der Herz-LAG Bayern – bequem von zuhause.
- **Präsenzphasen:** Vertiefung, Austausch und praktische Übungen vor Ort.

Die Online-Plattform ist benutzerfreundlich. Bei Fragen oder technischen Problemen steht das Team der Herz-LAG jederzeit unterstützend zur Seite.

Curriculum

Grundlage ist das Curriculum **„HerzgruppenleiterIn DGPR – Innere Medizin“** der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauferkrankungen e.V. (DGPR). Die Ausbildung orientiert sich an den aktuellen medizinischen und sportwissenschaftlichen Standards.

Teilnahmevoraussetzungen

Für die Teilnahme benötigen Sie eine der folgenden Qualifikationen:

- Diplom-Sportwissenschaft,
- B.A./M.A. Sportwissenschaft,
- B.Sc. Wissenschaftliche Grundlagen des Sports,
- Physiotherapie, Ergotherapie,
- MasseurIn / med. BademeisterIn,
- ÜbungsleiterIn BLSV (ab 1. Lizenzstufe),
- BVS Bayern ÜbungsleiterIn C Breitensport für Menschen mit Behinderung.

Zusätzlich erforderlich sind:

- Nachweis und Nachbereitung von **5 Hospitationen** in Rehasportgruppen (Innere Medizin), davon mind. 3 Hospitationen in 2 verschiedenen Herzgruppen,
- Nachweis über **mind. 9 UE Erste-Hilfe** (Präsenzkurs, nicht älter als 24 Monate),
- gesundheitliche Eignung,
- gültige E-Mail-Adresse, Internetzugang sowie PC/Laptop oder Tablet.

Terminübersicht A3-27		
Online-Lernphase	25.8. – 25.10.2027	Theorie-Module auf Herz-LAG Lernplattform in freier Zeiteinteilung, keine Präsenz
Präsenzteil 1	7.10. – 10.10.2027	Präsenz in Bad Füssing-Würding
Präsenzteil 2	4.11. – 7.11.2027	Präsenz in Bad Füssing-Würding Abschlussprüfung
Anmeldeschluss	20.7.2027	
Kursbeginn:	25.8.2027	

Online-Kompaktkurs 2027				
K1-27	Herzgruppenübungsleitung (DGPR) – Innere Medizin 8 UE	Online	Online Herz-LAG Lernplattform	Dr. phil. Petra Meyer-Pfaffel

Ausbildungsbeschreibung K1-27:

Ausbildungsziel

Die Online-Kompaktausbildung richtet sich an akademisch vorqualifizierte TeilnehmerInnen mit Universitätsabschluss und vermittelt in kompakter Form die wesentlichen Grundlagen zur Leitung von Rehabilitationssportgruppen in der Inneren Medizin.

Auf Basis des Curriculums der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauferkrankungen e. V. (DGPR) erwerben Sie spezifische Kenntnisse und Handlungskompetenzen für die Leitung von Herzgruppen sowie von Rehabilitationssportgruppen bei Diabetes mellitus, pAVK und Lungenerkrankungen.

Die Ausbildungsinhalte ergänzen die bereits im Studium erworbenen Kenntnisse im Bereich Rehabilitationssport und vertiefen die für die praktische Leitung der jeweiligen Gruppen erforderlichen Kompetenzen.

Umfang und Abschluss

Die Ausbildung umfasst **8 Unterrichtseinheiten (UE).**

Folgende Themenbereiche werden behandelt:

- Formale Grundlagen und Rahmenbedingungen des Rehabilitationssports in Herzgruppen
- Finanzierung des Rehabilitationssports in Herzgruppen
- Planung, Durchführung und Auswertung von Sportangeboten in Herzgruppen
- Grundlagen des Rehabilitationssports bei Diabetes mellitus, pAVK und COPD/Asthma (Lungensport)

Mit erfolgreichem Abschluss erhalten Sie die Herz-LAG-Lizenz **„HerzgruppenleiterIn DGPR – Innere Medizin“**. Diese berechtigt zur Leitung von Herzgruppen sowie von Rehabilitationssportgruppen bei Diabetes mellitus, pAVK und Lungenerkrankungen in Bayern.

Die Anerkennung der Lizenz zur Leitung von Herzgruppen in anderen Bundesländern ist mit der jeweiligen Landes-Arbeitsgemeinschaft zu klären.

Lernformate

Die Ausbildung findet vollständig **online** statt und ermöglicht Ihnen ein flexibles und selbstständiges Lernen.

- **Online-Schulung (eLearning):** Die Lehrinhalte werden über die Lernplattform der Herz-LAG Bayern bereitgestellt. Für die Bearbeitung der insgesamt 8 UE stehen Ihnen **vier Wochen ab Kursbeginn** zur Verfügung. Innerhalb dieses Zeitraums können Sie die Inhalte zeitlich flexibel und in Ihrem eigenen Tempo bearbeiten.

- **Online-Lernzielkontrolle:** Am Ende der Ausbildung überprüfen Sie anhand einer Lernzielkontrolle die erworbenen Kenntnisse und weisen die Bearbeitung der Online-Inhalte nach.

Curriculum

Grundlage der Ausbildung ist das Curriculum **„HerzgruppenleiterIn DGPR – Innere Medizin“** der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauferkrankungen e. V. (DGPR). Die Ausbildung orientiert sich an den aktuellen medizinischen und sportwissenschaftlichen Standards.

Teilnahmevoraussetzungen

Für die Teilnahme benötigen Sie folgende Qualifikation:

- **Sport- und BewegungswissenschaftlerInnen** mit einem **Studienschwerpunkt im Bereich der kardiologischen Rehabilitation.** Ein entsprechender Qualifikationsnachweis ist bei der Anmeldung vorzulegen.

Zusätzlich erforderlich sind:

- Nachweis über einen **Erste-Hilfe-Kurs mit 9 Stunden** (in Präsenz, nicht älter als 24 Monate). Dieser Nachweis ist vor Freischaltung der Online-Fortbildung vorzulegen.
- gesundheitliche Eignung und volle Sporttauglichkeit
- gültige E-Mail-Adresse und Internetzugang sowie ein PC, Laptop oder Tablet

Terminübersicht K1-27		
Online-Lernphase	31.1. – 17.12.2027 Einstieg jederzeit möglich	Theorie-Module auf Herz-LAG Lernplattform in freier Zeiteinteilung, keine Präsenz. 8UE sind innerhalb von vier Wochen abzuschließen.

Änderungen vorbehalten

Stand: 30.10.2026