



Hjertet kalder på dig

der vil være Hjertemotionsinstruktør i

Hjertemotion er Hjertereforeningens motionshold for mennesker med hjertesygdom. Hjertemotion er holdtræning, hvor motion, fællesskab og tryghed er i centrum.

Deltagerne på Hjertemotionsholdene er mennesker med hjertesygdom, der har behov for fortsat at træne i trygge rammer, efter afsluttet behandling eller rehabilitering på hospital eller i kommune.

Opgaverne som hjertemotionsinstruktør

Opgaverne består i at koordinere, planlægge og varetage Hjertemotionstræningen én gang om ugen, i samarbejde med Hjertereforeningens frivillige tovholder.

Efter træningen er der 30 minutters socialt samvær, som varetages af den frivillig tovholder fra Hjertereforeningens lokalforening.

Som Hjertemotionsinstruktør skal du selv kunne planlægge og gennemføre Hjertemotionstræningen samt vejlede deltagerne undervejs. Holdtræningen skal være en kombination af konditions- og styrketræning efter gældende anbefalinger.

Vi søger en Hjertemotionsinstruktør, som er initiativrig og kreativ inden for holdtræning, og som samtidig er udadvendt og god til at samarbejde.

Som Hjertemotionsinstruktør skal du være uddannet fysioterapeut eller have tilsvarende kompetencer.

Hvis du er interesseret, må du meget gerne kontakte: