



**herzkreislauf**•••  
**zentrum** GROSS GERUNGS

## Ihre Patienteninformation

**Xundheitswelt**  
Von Natur aus  
gut für Gesundheit und Wohlbefinden.



[www.bestе-gesundheit.at](http://www.bestе-gesundheit.at)



## FÜR IHREN AUFENTHALT

Wir freuen uns, Sie bei uns begrüßen zu dürfen! Eingebettet in die Schönheit der Waldviertler Naturlandschaft bietet unser Haus die ideale Umgebung, um neue Kraft zu schöpfen. Direkt vor der Tür erstreckt sich ein großzügiges Areal mit vielen Wanderwegen, Kraft- und Ruheplätzen inmitten der Natur.

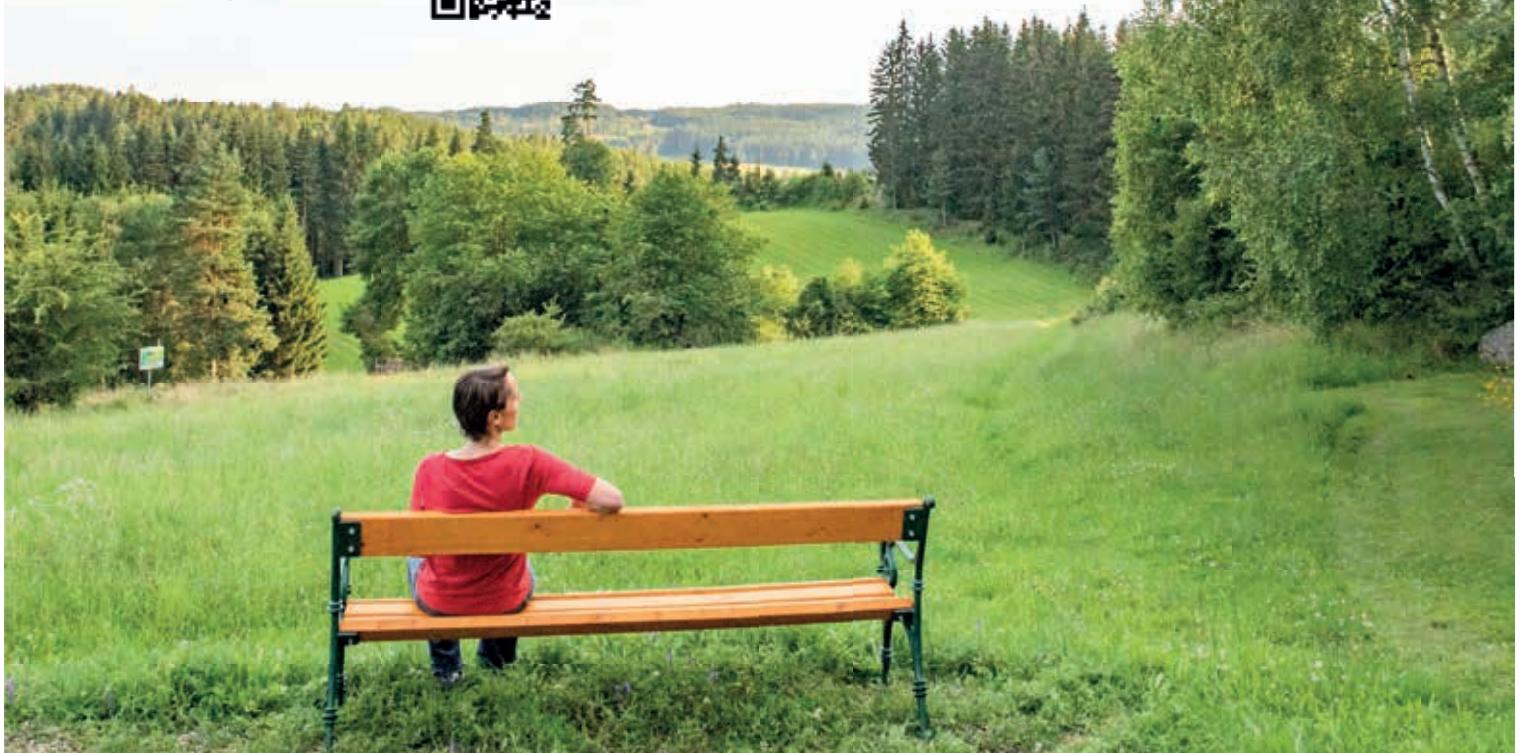
**Bei uns ist Ihr Herz in guten Händen!**

Viele weitere Informationen zum Rehabilitationsaufenthalt in unserem Haus finden Sie auf unserer Website!

[www.herz-kreislauf.at](http://www.herz-kreislauf.at)



Oder einfach QR-Code scannen:





## SEHR GEEHRTE PATIENTIN! SEHR GEEHRTER PATIENT!

Bei Herzerkrankungen oder nach einer Herzoperation kommt es zu einem tiefen Einschnitt im Leben eines Menschen. Durch eine gezielte Behandlung im Krankenhaus konnte Ihr Herzproblem beseitigt oder sogar Ihr Leben gerettet werden. Da eine vollständige Genesung im Akutspital durch den relativ kurzen Aufenthalt nicht möglich ist, spielen gezielte Rehabilitationsmaßnahmen eine wichtige Rolle.

Unser Haus bietet ein umfassendes Präventions- und Rehabilitationsprogramm für Herz- und Gefäßpatienten an. Um die Lebensprognose zu verbessern, ist es oft notwendig, den Lebensstil zu ändern. In vielen Fällen ist die Krankheit auch psychisch noch nicht verarbeitet. Genau hier setzt die Rehabilitation an. Es ist uns ein großes Anliegen, Sie nach einem Herzereignis physisch und psychisch wieder in Form zu bringen.

Die von uns gesetzten Maßnahmen dienen dazu, Sie rasch wieder in das familiäre, soziale und berufliche Umfeld einzugliedern. Ganz entscheidend dabei ist aber auch Ihre Mitarbeit: Seien Sie offen für Trainingsprogramme, Fortbildungen zum Thema Herz- und

Kreislauf-Erkrankungen sowie Beratungsgespräche mit Spezialisten auf dem Gebiet der Ernährung oder der Psychologie.

Um den erzielten Therapieerfolg zu festigen ist es ganz wichtig, dass Sie auch zu Hause den eingeschlagenen Weg fortsetzen. Dazu gehören vor allem regelmäßige Bewegung, vernünftige Ernährung und eine Änderung des Lebensstils. Damit haben Sie trotz der Herzerkrankung gute Chancen, Ihre Lebensspanne zu verlängern und weitere Herzprobleme zu verhindern.

Für weitere Fragen stehen Ihnen mein Team und ich jederzeit zur Verfügung. Wir wünschen Ihnen einen abwechslungsreichen und angenehmen Aufenthalt in unserem Haus.

Herzlichst Ihr

Primarius Univ.-Doz. Dr. Sebastian Globits

„Man hilft den Menschen nicht, wenn man das für sie tut, was sie selbst tun könnten.“

Abraham Lincoln



## FINDEN SIE ZU IHREM GESUNDEN ICH ZURÜCK

Der erste Schritt in Ihr neues, gesünderes Leben beginnt damit, dass Sie sich Zeit nehmen. Die folgenden Zeilen sollen Sie darüber informieren, was Sie bei uns erwartet. Mit diesem Wissen können Sie Ihrem Aufenthalt ganz entspannt entgegensehen.

### Basisuntersuchungen

Um Ihr Rehabilitations-Programm individuell erstellen zu können, erfolgen eine ärztliche Erstuntersuchung und weitere Untersuchungen wie Labordiagnostik sowie ein Belastungs-EKG.

### Weiterführende Untersuchungen

Medizinisch hoch kompetente Ärzte sowie diplomierte Gesundheits- und Krankenpfleger sind rund um die Uhr vor Ort und bieten höchste Sicherheit. Wann immer es aus ärztlicher Sicht nötig ist, können in unserem Haus alle relevanten Untersuchungen für Herz-Kreislauf-Patienten (wie z.B. Langzeit-EKG, Langzeit-Blutdruckmessung etc.) durchgeführt werden.

### Individuelle Rehabilitation

Das Therapieprogramm ist das Kernstück Ihrer Behandlung und setzt sich aus mehreren Bausteinen zusammen: z. B. Fahrradergometertraining, Herz-Kreislauf-Training im Freien, Gymnastik und Entspannung. Ergänzt wird es durch Schulungen und Vorträge unseres hoch kompetenten Ärzte-, Therapeuten- und Pflegeteams. Je nach Bedarf werden Tabakentwöhnung sowie psychologische Beratung angeboten.

### Regelmäßige ärztliche Kontrolle

Damit wir Ihr Programm jederzeit an Ihre Bedürfnisse anpassen können, sind wöchentliche ärztliche Kontrolltermine vorgesehen. So können wir Ihre Medikamente und Ihr Therapie-, Schulungs-, Ernährungs- und Entspannungsprogramm optimal auf Sie einstellen.

### Befundbesprechungen

Ihre Befunde sind die wichtigste Basis für ein erfolgreiches Rehabilitations-Programm. Es ist uns daher wichtig, Sie über alle Details zu informieren, Sie aufzuklären und Ihnen so die Möglichkeit zu geben, Ihre persönlichen Risikofaktoren zu minimieren.

### Reha-Ziel

Ziel der medizinischen Rehabilitation ist die Gesundheit so weit wiederherzustellen, dass eine Wiedereingliederung in den Arbeitsprozess bzw. in das Alltagsleben möglich ist.

### Reha-Erfolg für zu Hause

Gut, wenn Sie nach dem Aufenthalt bei uns wieder neue Lebensqualität gewonnen haben. Besser, wenn Sie diese langfristig zu Hause erhalten können! Wir geben Ihnen eine individuelle Anleitung für die Fortsetzung körperlicher Bewegung und gesunder Ernährung. Außerdem erhalten Sie von uns Tipps, wie Sie einen ausgeglichenen Lebensstil erfolgreich planen und führen können.



Wo Ihr Herz  
wieder auflebt

## 1. TAG IN DER REHA



### Anreise und Parken

Bitte beachten Sie das vorgegebene Anreise-Zeitfenster, um Wartezeiten zu vermeiden. Direkt bei der Zufahrt steht Ihnen ein kostenloser Parkplatz zur Verfügung. Zum Entladen Ihres Gepäcks können Sie bis zum Haupteingang fahren.



### Check-In

An der Hotel-Reception begrüßen Sie unsere herzlichen Mitarbeiter. Sie erhalten Ihre Unterlagen und weitere Informationen zu Ihrem Aufenthalt. Den Zuzahlungsbeitrag (sofern dieser vorgeschrieben ist) bezahlen Sie bitte bar oder mit Bankomatkarte. Danach folgt die administrative Aufnahme.



### Zimmer

Nach Erhalt Ihres Zimmerschlüssels an der Hotel-Reception beziehen Sie Ihr Zimmer. Beim Gepäck unterstützt Sie gerne unser Gepäckträger.



### Pflegerische Aufnahme

Am ersten Tag erfolgt die pflegerische Aufnahme. Bereiten Sie hierfür Ihre Vorbefunde und Medikamente (in Originalverpackung) vor.



### Essen

Die Verpflegung erfolgt im Restaurant im Erdgeschoss. Unsere Service-Mitarbeiter werden Ihnen einen Sitzplatz und Ihre Essenszeit zuweisen.



### Ärztliches Aufnahmegespräch

Am ersten Tag erwarten Sie Ihr behandelnder Arzt zum ausführlichen Aufnahmegespräch. Bitte bringen Sie zu diesem Termin alle Vorbefunde, gegebenenfalls Stent- und Implantatausweise sowie alle Ihre Medikamente in der Originalverpackung mit.



## WISSENSWERTES

### Aufenthaltsdauer

Um Ihnen einen optimalen medizinischen Erfolg gewährleisten zu können, ist es unumgänglich, die von Ihrem Sozialversicherungsträger bewilligten Aufenthaltstage einzuhalten. Eine Unterbrechung des Aufenthaltes ist nicht zulässig.

### Bankomat

Der nächstgelegene Bankomat befindet sich in Groß Gerungs am Hauptplatz. Folgende Geldinstitute stehen Ihnen in Groß Gerungs zur Verfügung: Sparkasse und Raiffeisenbank

### Begleitpersonen

Wenn sich das Leben total verändert, ist es schön, wenn man jemanden hat, der einem Halt gibt. Deshalb ist Ihr Partner bei uns herzlich willkommen!

Weitere Informationen zu unserem Begleitpersonen-Angebot finden Sie auf unserer Website und dem beigelegten Infoblatt.

### Besucher & Besuchszeiten

Während Ihres Aufenthaltes können Sie außerhalb Ihrer Termine jederzeit Besuch empfangen. Bitte beachten Sie, dass Besucher keinen Zutritt zu den Patientenzimmern haben.

### Brandschutz

Das Anzünden von Kerzen, Teelichern und Räucherstäbchen ist verboten.

### Digitale Gästemappe

Erfahren Sie gleich mehr über Ihren Aufenthalt in unserem Haus in unserer digitalen Gästemappe!  
Einfach QR-Code scannen:



### Einkauf

Es findet jede Woche eine Einkaufsfahrt in die Stadt Groß Gerungs statt. Groß Gerungs bietet viele Einkaufsmöglichkeiten in kleinen Geschäften mit persönlichem Ambiente und einer breiten Produktpalette.

### Elektrische Geräte

Die Verwendung von Wasserkochern, Tauchsiedern, Tee- oder Kaffeemaschinen, Bügeleisen, Luftbefeuchtern und Heizgeräten ist untersagt.

### Fahrräder

Für Fahrräder stehen überdachte Unterstellplätze zur Verfügung. E-Bike-Akkus dürfen ausschließlich dort geladen werden. Bitte bringen Sie ein eigenes Fahrradschloss mit.

### Freizeit

Nützen Sie das saisonal abwechslungsreiche Outdoor-Freizeitprogramm rund ums Haus. Freuen Sie sich auf Führungen in kleinen Gruppen, wie z.B. Kräuterführung, waldvermittelnde Führung und Resortfahrung.

### Fußpflege und Kosmetik

Für Ihr gepflegtes Aussehen sorgt während Ihres Aufenthaltes gerne unser Beautysalon im Haus (Terminvereinbarung direkt vor Ort erforderlich).

### Handtücher

Hand- und Duschtücher liegen im Zimmer für Sie bereit. Für die Dauer Ihres Aufenthalts bitten wir Sie, Bade- und Saunatücher für die Benutzung des Wohlfühlbereiches mitzubringen. Auf Wunsch erhalten Sie einen Bademantel gegen Gebühr an der Hotel-Reception.



## Haustiere

Aufgrund sanitätsrechtlicher Bestimmungen ist es nicht möglich, Haustiere mitzubringen. Ausgenommen davon sind Assistenz- und Therapiehunde, sofern deren Mitnahme vor Anreise gemeldet worden ist.

## Internet/WLAN

Alle Zimmer sind mit einem WLAN-Access-Point ausgestattet. Sie haben die Möglichkeit, unser kostenloses Angebot zu nutzen. Gegen Aufpreis können wir Ihnen eine schnellere Verbindung anbieten.

## Kardio-Fit-Raum & Trainingsraum

Nutzen Sie unseren Kardio-Fit-Raum und Trainingsraum zum individuellen Kraft- und Ausdauertraining. Es stehen Ergometer und Geräte zur Kräftigung aller Muskelgruppen zur Verfügung. Gerne bieten wir eine kostenlose Schulung an.

## Kiosk

An der Hotel-Reception erhalten Sie Tageszeitungen, Zeitschriften, Ansichtskarten, Briefmarken, Bücher, usw.

## Notfalleinrichtung

Alle Zimmer sind mit Notruf ausgestattet. Unser Notfallmanagement, die Überwachungsbereiche sowie eine intensivmedizinische Einheit sorgen bei Bedarf für die notwendige Sicherheit.

## Parkplätze

Nutzen Sie bei Anreise mit dem eigenen PKW unseren Gästeparkplatz. Das Parken beim Hoteleingang ist ausschließlich zum Be- und Entladen Ihres Gepäckes gestattet. Das Campieren am Hausgelände/Gästeparkplatz ist nicht gestattet.

## Tee/Thermoskanne

Während Ihres Aufenthaltes stellen wir Ihnen kostenlos Tee zur Verfügung. Bitte bringen Sie eine Thermoskanne mit. Gegen eine Kaution kann eine Thermoskanne auch ausgeliehen werden.

## Übernachtungsgäste

Die Unterbringung Ihrer Gäste ist sowohl in unserem Haus als auch in allen Unterkünften der Umgebung möglich. Nähere Auskünfte erhalten Sie unter [www.gerungs.at](http://www.gerungs.at)

## Wäschereinigung

Zwei Mal pro Woche können Sie gegen Gebühr die Wäsche waschen lassen. Die Verrechnung erfolgt pro Wäschestück.

## Wohlfühlbereich

Unser Hallenbadbereich mit Soft-Sauna und Soft-Dampfbad steht Ihnen nach ärztlicher Absprache zum Entspannen und Wohlfühlen während der Öffnungszeiten zur Verfügung. Wir bitten Sie, Bade- und Saunatücher selbst mitzubringen. Auf Wunsch erhalten Sie Bademäntel gegen eine Gebühr an der Hotel-Reception.

## Xunder Genuss

Von ganzem Herzen xund – dies spiegelt sich auch in unserem Speiseplan wieder. Wir achten neben der Auswahl an regionalen und saisonalen biologischen Produkten vor allem auf die salzwusste Zubereitung unserer Speisen. Mit frischen Kräutern und Gewürzen werden unsere pflanzenbasierten Speisen aufgewertet – Genuss für Herz und Gaumen garantiert!



## WISSENSWERTES

### Xunde Luft

Wir sind stolz darauf, ein komplett „rauchfreies“ Haus zu sein. Das Rauchen ist auch im Außenbereich und den Balkonen untersagt. Es steht Ihnen unser Raucherpavillon am Außengelände zur Verfügung.

### Zimmer

Alle Zimmer sind mit Dusche, WC, Radio, Sat-TV, Telefon und WLAN sowie einer Notrufeinrichtung ausgestattet.

### Zuzahlungsbeitrag

Die Verrechnung bzw. die Höhe Ihres Zuzahlungsbeitrages wird von Ihrem Sozialversicherungsträger festgesetzt und mittels Informationsschreiben der Sozialversicherung mitgeteilt. Sofern Sie den Zuzahlungsbeitrag nicht direkt mit Ihrem Sozialversicherungsträger verrechnen, bitten wir Sie, diesen an der Hotel-Reception **bar** oder mit **Bankomatkarte** zu bezahlen.

[www.herz-kreislauf.at](http://www.herz-kreislauf.at)

Folgen Sie uns auf Social Media!

Individual, maßgeschneiderte Therapieprogramme für einen besseren Lebensstil.

Gerne werden individuelle, maßgeschneiderte Therapieprogramme erstellt. Welche Faktoren stehen dabei eine Bedeutung und Einfluss? Das Bewegungstherapie wird auf die Leistungsfähigkeit abgestimmt und beinhaltet therapeutische Wänderungen, Gymnastik, Erreichbarkeit, Fahrzeugtherapie, Krafttraining und vieles mehr - alles unter Kontrolle der Krankaufseherin. Diabetologinnen geben Empfehlungen für eine zukunftsorientierte und gefährdungsreduzierende Ernährung.

Gerne kann erreicht werden, dass man in seinem persönlichen Lebensumfeld, das auch zu Hause erfolgen kann.

Neues aus dem Herz.Blog: Kundheit-Tipps

Individuelle Ernährung und Erhaltung der körperlichen Aktivität

Mitglieder der Assoziation erhalten einen exklusiven Vorteil: Der Preis für die individuelle Ernährung und Erhaltung der körperlichen Aktivität ist um 50% reduziert.

### Herz.Blog

Aktuelle Tipps und Meldungen aus dem Herz-Kreislauf-Zentrum Groß Gerungs





## Checkliste



### DAS SOLLTEN SIE MITBRINGEN:

#### ✓ SCHRIFTLICHE UNTERLAGEN

- gültiger Lichtbildausweis mit aktuellem Foto (Reisepass, Führerschein, Personalausweis) ist bei Anreise an der Hotel-Reception vorzuzeigen
- Einladungsschreiben
- e-card (im Kartenformat)
- Vorbefunde (**wenn vorhanden**):
  - Herzultraschallbefund (Echokardiographie)
  - Ultraschall der Halsschlagadern (Carotissonographie)
  - Letzter internistischer/kardiologischer Befund (vom niedergelassenen Facharzt)
  - Entlassungsbriefe in Zusammenhang mit Ihrer Herzerkrankung und ggf. weitere Berichte aus dem letzten Jahr
  - Herzkatheter-CDs, Stent- und Schrittmacher-Ausweise
  - Laborbefund

#### ✓ MEDIZINISCHE ARTIKEL

- Allfällige Heilbehelfe und orthopädische Hilfsmittel wie Gehhilfen, Krücken, Schuheinlagen, Mieder, Kompressionsstrümpfe, etc.
- Brille, Hörgerät
- Hygieneartikel (Einlagen etc.)
- Sauerstoffgeräte, CPAP-Geräte (Schlafmaske)
- Blutdruckmessgerät, Blutzuckermessgerät

#### ✓ MEDIKAMENTE

Nehmen Sie sämtliche Medikamente, die Sie zuhause einnehmen, in ausreichender Menge in der Originalverpackung für den gesamten Aufenthalt mit. Bitte nicht im Wochenspender dosieren.

#### ✓ BEKLEIDUNG, SONSTIGES

- Ausreichend Kleidung
- Toilettartikel
- Trainingsanzug bzw. Turnbekleidung
- Turnschuhe für Innenräume (mit heller bzw. nicht abfärbender Sohle)
- Badeanzug/Badehose, rutschfeste Badeschuhe
- Bademantel (Ausleih gegen Gebühr möglich)
- Badetücher für den Wohlfühlbereich
- Wander- und Regenbekleidung, Regenschirm
- Festes Schuhwerk für den Außenbereich
- Thermoskanne (kostenlose Tee-Bar)
- Trinkflasche (fürs Training, Wandern)

Wir ersuchen Sie, den beiliegenden Anamnesebogen **6 Wochen vor dem Rehabilitationsantritt** auszufüllen und zurückzusenden. Aus Aktualitätsgründen bitten wir Sie, diese Frist einzuhalten. Sollte dieser Bogen Ihrem Einladungsschreiben nicht beiliegen, fordern Sie diesen unter **+43 2812 8681-250** oder **aufnahme@herz-kreislauf.at** an.

Der Anamnesebogen kann auch unter [www.herz-kreislauf.at/mein-weg-zur-reha](http://www.herz-kreislauf.at/mein-weg-zur-reha) heruntergeladen werden.

<b>herzkreislaufzentrum Groß Gerungs</b>	
Post: Administration Kreislaufzentrum Groß Gerungs 3920 Groß Gerungs	
<b>Aufnahmeebogen</b>	
Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,	
Wir erachten Sie, diesen Erhebungsbogen bzw. <b>2 bis 4 Wochen vor dem Rehabilitationsantritt</b> in vollständigem Maße und ohne Verzögerung im beiliegenden Rücksendebogen an uns zukommen zu lassen. Bitte schicken Sie diesen Bogen <b>nicht früher</b> als 6 Wochen vor dem Rehabilitationsantritt per FAX (0212 8681 531) an uns oder per E-Mail an <a href="mailto:aufnahme@herz-kreislauf.at">aufnahme@herz-kreislauf.at</a> . Diese Frist aus Aktualitätsgründen einzuhalten und uns den Bogen <b>nicht früher</b> auszuteilen.	
<b>Stammdaten</b>	
Familienname, Vorname, Titel	
Vorname, Nachnamen	
Straße	
PLZ, Ort	
Telefonnummer	
Weitere Telefon-Nr. (z. B. mobil)	
Sekretärin/Ansprechpartner	
Name und Adresse des nächsten Angehörigen	
Name	
Straße	
PLZ, Ort	
Telefonnummer	
Name und Adresse Ihres Hausarztes	
Name	
PLZ, Ort	
Name und Adresse Ihres Internisten/Kardiologen (wenn vorhanden)	
Name	
PLZ, Ort	



## XUND UND FIT MIT HERZ – RESORT

Erleben Sie Bewegungsfreude pur:

Gleich vor dem Haus warten vier besondere Gustostückerl auf alle Natur- und Bewegungsfreunde

### Xundwärts-Parcours (Motorikpark®)

Im Xundwärts-Parcours (Motorikpark®) trainieren Sie spielerisch Ihre Fähigkeiten wie Orientierung, Steuerung, Gleichgewicht, Reaktion, Rhythmus. Dabei verbessern Sie Ihre Beweglichkeit, Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer.

### Mental-Stationen

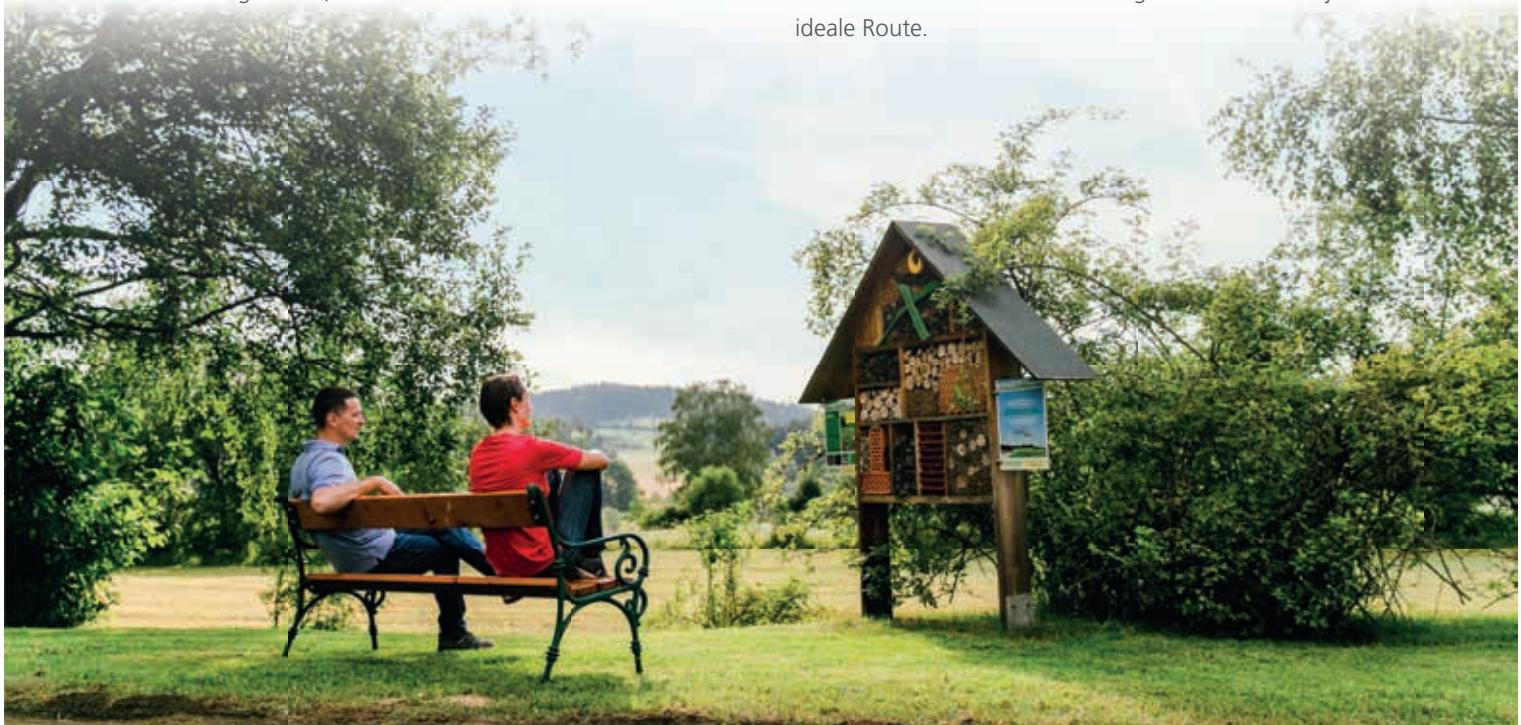
Entspannung und Ausgleich auf die sanfte Tour finden Sie bei unseren Mental-Stationen. Entdecken Sie die Ruhe in sich selbst und atmen Sie den Stress einfach weg. Schon nach kurzer Zeit fühlen Sie sich gestärkt, selbstbewusst und zufrieden.

### Naturlehrpfad

Das Wesen des Waldviertels bringt Ihnen unser Naturlehrpfad näher. Hier sammeln Sie Wissenswertes über die Farbenpracht von Wiesen und Pflanzen, bizarre Granitformen oder alte wiederentdeckte Obstsorten. Der Reichtum des Waldviertels ist unerschöpflich, eine Entdeckungsreise lohnt sich immer wieder.

### Xundwärts-Routen

Auf unseren gut beschichteten Xundwärts-Routen erwarten Sie viele schöne Bewegungskilometer in herrlicher Natur. Auf diesen Lauf- und Nordic-Walking-Strecken findet jeder seine ideale Route.





## PARTNERSCHAFTEN & QUALITÄT

### BESTE GESUNDHEIT

Gemeinsam mit sechs weiteren niederösterreichischen Partnerbetrieben bieten wir Ihnen Rehabilitation und Kur auf höchstem Niveau. Kooperationen mit führenden Ärzten, Krankenhäusern und Universitäten sowie der rege Erfahrungsaustausch untereinander unterstreichen die Professionalität dieser Partnerschaft.

[www.bestegesundheit.at](http://www.bestegesundheit.at)



### Qualität mit Herz

Unser Team kümmert sich verständnisvoll und herzlich um das Wohl der Gäste und Patienten. Wir legen großen Wert auf unser Qualitätsmanagement. Mit der Zertifizierung QMS-REHA® zählt unser Haus zu den herausragenden Gesundheitsbetrieben Österreichs. Dieses Qualitätsversprechen spüren Patienten und Gäste täglich bei ihrem Aufenthalt.



### Xundheitswelt

Die „Xundheitswelt“ ist eine Kooperation der drei Gesundheitsbetriebe Moorheilbad Harbach, Herz-Kreislauf-Zentrum Groß Gerungs und Lebens.Resort Ottenschlag mit den Wohlfühlbetrieben Gasthof Pension Nordwald, Cafe-Pension Kristall und Waldpension Nebelstein. Gemeinsames Ziel ist es, den Gästen zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden zu verhelfen.

Mentale Ausgeglichenheit, Bewegungsfreude in der ruhigen Waldviertler Landschaft sowie eine gesunde und ausgewogene Ernährung mit Produkten aus dem Ökologischen Kreislauf Moorbad Harbach leisten neben den medizinischen Angeboten einen wesentlichen Beitrag dazu.

[www.xundheitswelt.at](http://www.xundheitswelt.at)



Ohne Gewähr und vorbehaltlich Satz- und Tippfehler.

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier.

Fotos: Robert Herbst, Werner Harrer, Doris Schwarz-König und Erich Sinzinger

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern die männliche Form verwendet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter.



## ANREISE

### Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln

- Bahn/Bus:** Bitte erkundigen Sie sich über Möglichkeiten und Abfahrtszeiten von Ihrem Wohnort Richtung Groß Gerungs unter [www.oebb.at](http://www.oebb.at) oder unter Tel. 05-1717.

Wir bitten Sie, uns die Anreisezeit in Groß Gerungs anzugeben. Wir holen Sie gerne vom Hauptplatz in Groß Gerungs ab.

### Anreise mit PKW

#### aus Richtung Wien

- über die A22 nach Stockerau, auf der S5 nach Krems, Zwettl und Groß Gerungs ca. 160 km, ca. 2 Stunden Fahrzeit
- über die A21 auf die A1 nach St. Pölten, S33 nach Krems, Zwettl und Groß Gerungs ca. 160 km, ca. 2 Stunden Fahrzeit

#### aus Richtung Linz

- über Freistadt, Karlstift nach Groß Gerungs ca. 90 km, ca. 1 Stunde Fahrzeit

### Parken

Es steht Ihnen ein kostenloser Parkplatz zur Verfügung. Zum Entladen Ihres Gepäcks können Sie bis zum Haupteingang fahren.

### E-Ladestationen

Am Parkplatz steht eine öffentliche E-Zapfsäule der EVN mit zwei 22 kW Anschlüssen für Elektroautos zur Verfügung. Für Fahrräder gibt es ebenfalls einen Abstellplatz mit Lademöglichkeit.

### Herz-Kreislauf-Zentrum Groß Gerungs

Kreuzberg 310, 3920 Groß Gerungs

Tel.: +43 2812 8681-0 • Fax: +43 2812 8681-300

Mail: [info@herz-kreislauf.at](mailto:info@herz-kreislauf.at) • [www.herz-kreislauf.at](http://www.herz-kreislauf.at)

