



INTERNISTISCHES
HAUSÄRZTLICHES
ZENTRUM



RUDERMARATHON 2026

Spendenaufruf für den guten Zweck !

am **14. März 2026** stellt sich unser IHZ Team einer Herausforderung:

Beim **3. Mönchengladbacher Rudermarathon** werden wir auf einem Indoor Rudergerät die klassische Marathondistanz von 42,195 km für den guten Zweck rudern.

Unterstützen Sie uns und den guten Zweck mit einer großzügigen Spende.
Gespendet werden kann an:

St. Christophorus Hospiz e.V.

Stadtsparkasse Mönchengladbach
DE59 3105 0000 0000 2296 17

oder

Insel Tobi e.V.

Stadtsparkasse Mönchengladbach
DE06 3105 0000 0003 4774 52

Verwendungszweck: Rudermarathon 2026 - Team IHZ



IHZ im Gesundheitszentrum
Viersener Straße 50-52
41061 Mönchengladbach
0 21 61 / 95 33 00

IHZ im Ärztehaus Windberg
Lindenstraße 260
41063 Mönchengladbach
0 216 1 / 95 33 0 210

www.ihz-mg.de
praxis@ihz-mg.de
Online-Termine auch über Doctolib