

macht Mut

Durch Bewegungsspiele, Gymnastik- und Gleichgewichtsübungen werden Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit trainiert und darüberhinaus soziale Netzwerke aufrechterhalten.



Sie können unter Anleitung geschulter Übungsleiter, angepasst an Ihre körperliche Leistungsfähigkeit, Spaß an Bewegung erfahren oder erlernen.

Wir freuen uns auf Ihre aktive Teilnahme an unserem Projekt. Auf diesem Weg tragen Sie selbst zu Ihrer eigenen Rehabilitation und Krankheitsbekämpfung bei.

W. Banzer
Prof. Dr. Dr. W. Banzer

E. Jäger
Prof. Dr. E. Jäger

Die Stiftung Leben mit Krebs stellt sich vor:



Die Stiftung Leben mit Krebs hat es sich zum Ziel gesetzt, bundesweit diverse Förderprogramme ins Leben zu rufen, um die Lebensqualität von Krebspatienten entscheidend zu verbessern.

Durch die Initiative der Stiftung werden therapieunterstützende und palliativmedizinische Projekte finanziell gefördert und umgesetzt.

Die Stiftung finanziert so u.a. Therapeuten, die gezielt Sport- und Kunstprogramme anbieten, Patienten beraten und Kurse durchführen.

Die Projekte der Stiftung im Überblick



Sport

Ernährung

Psychotherapie

Urlaub

Kunst

Die Abteilung Sportmedizin stellt sich vor:



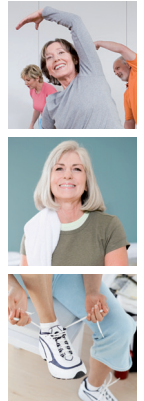
Die Abteilung Sportmedizin der Goethe-Universität, unter der Leitung von Prof. Dr. Dr. Winfried Banzer, beschäftigt sich schwerpunktmäßig mit Prävention und Rehabilitation und insbesondere mit zielgruppenspezifischen Bewegungsinterventionen.

Das aus Ärzten, Sportwissenschaftlern, Oecotrophologen und Physiotherapeuten bestehende Team bietet onkologischen Patienten seit Jahren fachkundige Betreuung in ihren sportlichen Aktivitäten.

Stiftung Leben mit Krebs
Wilhelmstr. 14 · 65185 Wiesbaden
Tel.: 06 11/360 80-23
info@stiftung-leben-mit-krebs.de
www.stiftung-leben-mit-krebs.de

Hauptsponsor
Else Kröner-Fresenius-Stiftung
Postfach 1852
61288 Bad Homburg v.d.H.
www.ekfs.de

Sport zum Leben



Sport tut gut
und macht Mut

Bewegungstherapeutisches Kursangebot für onkologische Patientinnen und Patienten

Institut für Sportwissenschaften, Abteilung Sportmedizin der Goethe-Universität Frankfurt



Sport tut gut und macht Mut

Sehr geehrte Damen und Herren,

im Rahmen des Gemeinschaftsprojektes „Sport & Krebs“ hat die „Stiftung Leben mit Krebs“ ein bewegungstherapeutisches Sportprogramm initiiert, das vom Institut für Sportwissenschaften, Abteilung Sportmedizin, der Goethe-Universität Frankfurt angeboten und durchgeführt wird.

Das Projekt wurde Anfang Mai 2009 gestartet, ist vorerst für den Zeitraum von 3 Jahren vorgesehen und richtet sich an alle krebs-erkrankten Patienten, die sich gerne aktiv bewegen möchten. Eine Mindestvoraussetzung von Kraft, Kondition oder Geschicklichkeit besteht nicht, Sie sollten aber ohne fremde Hilfe ca. 1 Stunde gehen können.



PROGRAMM

Das Sportprogramm umfasst eine Trainingseinheit pro Woche mit einer Dauer von 60 Minuten.

Es wird ein moderates Ausdauertraining in Form eines Nordic - Walking Kurses durchgeführt.

Als Alternative steht bei schlechtem Wetter eine Sporthalle für Bewegungsspiele, Gymnastik- und Gleichgewichtsübungen zur Verfügung.

Kurszeiten:

Montags 15:00-16:00
und 16:00-17:00

Treffpunkt:

Institut für Sportwissenschaften
Abteilung Sportmedizin der
Goethe-Universität Frankfurt

Projektleitung:

Herr Prof. Dr. Dr. W. Banzer /
Dr. M. Bernhörster
Frau Lungwitz

Veranstalter/Anmeldung:

Anmeldeunterlagen erhalten Sie vom
Institut für Sportwissenschaften
Abteilung Sportmedizin der
Goethe-Universität Frankfurt
Ginnheimer Landstr. 39
60487 Frankfurt am Main
Tel.: 0 69/798 245 43

Infos zum Ablauf des Sportprogramms
werden nach erfolgter Anmeldung
zugeschickt.

Teilnahmebedingungen:

Die Teilnahme am Sportprogramm der Abteilung Sport-
medizin der Goethe-Universität Frankfurt ist gekoppelt an
eine Sportmedizinische Untersuchung/wiss. Dokumenta-
tion und der Zustimmung des verantwortlichen Arztes.

Die Kosten für das Programm übernimmt
die Stiftung Leben mit Krebs.

Anfahrt:

Straßenbahn Linie 16 Richtung Ginnheim,
Haltestelle „Frauenfriedenskirche“.

Bus Linie 34 Richtung Mönchhofstraße,
Haltestelle „Universität-Sportanlagen“.