



Comprehensive Cancer Center
Mainfranken

Bewegungsberatung und -therapie

für an Krebs erkrankte Patientinnen und Patienten

Termine nach Vereinbarung

Anmeldung:

Telefon: 0931 201-35350

E-Mail: anmeldung_ccc@ukw.de

Betreff: Bewegungsberatung

Comprehensive Cancer Center Mainfranken

Josef-Schneider-Straße 6 | Haus C16

97080 Würzburg

www.med.uni-wuerzburg.de/ccc

OZW

Onkologisches Zentrum
Universitätsklinikum Würzburg



Komplementäre
Onkologie
Integrativ

**Uniklinikum
Würzburg**



Körperliche Aktivität, Bewegung und Sport bei einer Tumorerkrankung

Sie haben eine Tumorerkrankung und möchten . . .

- ▶ Ihre starke Erschöpfung verringern?
- ▶ Ihre Knochengesundheit durch Bewegung fördern?
- ▶ Den Taubheits- und Kribbelgefühlen in Händen und Füßen aktiv entgegenwirken?
- ▶ Ihren Körper und Geist durch Bewegung stärken?
- ▶ Ihre körperliche Leistungsfähigkeit erhalten und/oder verbessern?



Annika Gerspitzer,
M. Sc. Sportwissenschaften



Anne Kollikowski,
M. Sc. Therapiewissenschaften

Oder haben Sie andere Nebenwirkungen, körperliche Einschränkungen oder Fragen zu Bewegung und Sport bei Krebs – während, vor oder nach der Therapie?

Wir sind für Sie da

In der **Bewegungsberatung** besprechen wir Ihre Fragen und Wünsche zum individuellen Bewegungsverhalten bei einer Tumorerkrankung. Außerdem erklären wir mögliche Trainingsmethoden, um Nebenwirkungen wie Erschöpfung oder Polyneuropathie durch Bewegung zu reduzieren, und führen diese durch. Gemeinsam erarbeiten wir individuelle Ziele zu Bewegung und Sport.

In der **Bewegungstherapie** bieten wir ein Kraft- und Ausdauertraining an Geräten sowie ein Kleingruppentrainings zur Vorbeugung oder Reduzierung verschiedener Nebenwirkungen an.

gefördert durch  **Deutsche Krebshilfe**
HELLEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.



Ihr Spende hilft!

VR-Bank Würzburg eG

IBAN: DE44 7909 0000 0000 1850 86

BIC: GENODEF1WU

Verwendungszweck: „8690059“