



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

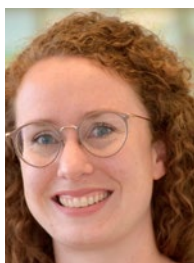
Körperliche Aktivität, Bewegung und Sport bei einer Tumorerkrankung

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 Kleingruppentrainning zur Vorbeugung oder Reduzierung verschiedener Nebenwirkungen an.

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



Ihre Spende hilft!

Spendenkonto des CCC Mainfranken:

IBAN: DE12790200760326255084

BIC: HYVEDEMM455

Verwendungszweck „8690059“