



# Beweg Dich!

Bewegung und Sport in der Onkologie

## Treffen:

Individuelle Termine nach Vereinbarung  
6 Termine, 2x wöchentlich

## Anmeldung und Information:

[supportivangebote@ukw.de](mailto:supportivangebote@ukw.de)  
Telefon: 0931-201 35350  
[www.ccc.uni-wuerzburg.de](http://www.ccc.uni-wuerzburg.de)

# Training in Theorie und Praxis für an Krebs erkrankte Patienten



Lisa Schiffmann,  
*M. Sc. Ernährungswissenschaften*

Kristina Willeke,  
*M.Sc. Biomechanik-Motorik-Bewegungsanalyse*

Patienten mit onkologischen Erkrankungen profitieren nachhaltig von regelmäßiger Bewegung. Zum Erhalt der Muskelkraft und der Ausdauer sollte Bewegungstherapie daher so früh wie möglich im Behandlungsverlauf angeboten werden und den Patienten über alle Therapiephasen hinweg begleiten mit dem Ziel die Lebensqualität zu verbessern, Antriebslosigkeit zu vermeiden und die körperliche Leistungsfähigkeit zu erhalten.



Im Rahmen des Pilotprojektes „Ressourcentraining in der Onkologie“ haben Sie die Möglichkeit ein durch unsere Abteilung für Physiotherapie begleitetes Probetraining am Milonzirkel zu absolvieren. In dem Modul „Bewegung und Sport“ erfahren Sie wichtige theoretische Grundlagen und was beachtet werden sollte, wenn therapiebegleitend oder nach überstandener Erkrankung Sport getrieben wird. Interessierte Patienten können im Anschluss an den Theorieteil und nach Ausschluss von Kontraindikationen an insgesamt 6 Terminen, 2x wöchentlich trainieren.

**Wir freuen uns auf Sie!**

## Ihre Spende hilft!

Spendenkonto des CCC Mainfranken:

IBAN: DE12790200760326255084

BIC: HYVEDEMM455

Verwendungszweck „8690059“