

Sport und Krebs?
Wie passt das zusammen?

INFORMIEREN SIE SICH

www.krebssport-passau.de

“Sie haben Krebs.”

Dieser Satz verändert schlagartig alles im Leben der Betroffenen, löst Angst und Unsicherheit aus. Es macht sich Niedergeschlagenheit breit. Wer denkt da an Bewegung und Sport? Hat dann die Krebs-Behandlung erst einmal begonnen, führen Therapien und Nebenwirkungen oft dazu dass Betroffene sich lieber ruhig verhalten. Bei vielen Kranken wirkt sich die verringerte Leistungsfähigkeit auch auf das soziale Leben aus. Sie ziehen sich zurück, verfallen in Depressionen, bewegen sich weniger oder gar nicht mehr. Studien haben längst bewiesen, dass Sport sich positiv auf den weiteren Verlauf der Erkrankung auswirkt. Anfangs geht es nur darum Herz und Kreislauf wieder fit zu machen. Im Laufe der Zeit kommen weitere Übungen hinzu, die helfen, dass Sie im Alltag wieder beweglicher werden. Regelmäßiger Sport hilft das körpereigene Abwehrsystem zu stärken, wirkt sich positiv auf die Psyche aus und in der Gruppe knüpfen Sie hilfreiche Kontakte zu anderen Betroffenen. Wir, die Passauer Sportvereine, möchten Sie mit unserem Angebot dabei gezielt unterstützen.

Informationen zu Unserem Angebot:
www.krebssport-passau.de

Oder bei den teilnehmenden Vereinen:

VfB Passau-Grubweg e.V.
Firmiengut 2
94034 Passau

DJK Eintracht Passau e.V.
c/o Peter Probst
Schärdinger Str. 15
94032 Passau

TV Passau 1862 e.V.
Jahnstraße 3
94032 Passau



BAYERISCHE
KREBSGESELLSCHAFT E.V.

Bayerische Krebsgesellschaft
Martina Traxinger-Lippl
0851 7201950



Wir laufen dem Krebs davon.

Für weitere Informationen und Fragen
besuchen Sie unsere Internetseite
oder rufen Sie uns einfach an.

Ein Kooperationsangebot
Ihrer Sportvereine



Informationen unter:
www.krebssport-passau.de

DJK Eintracht Passau e.V.

www.eintracht-passau.com

Ausdauerlaufen im Freien

Übungsleiter: Torsten Weinert

Termin: Dienstag 18:00 - 19:00 Uhr
Sportanlage Oberhaus
Oberhaus 7, 94034 Passau

Anmeldung:

Tel: 0851 73356

E-Mail: T.Weinert@gmx.de



VfB Passau-Grubweg e.V.

www.vfb-passau.de

Rehasportstunde

Übungsleiterin: Andrea Brodschelm

Termin: Dienstag 16:00 - 17:30 Uhr
Turnhalle Grubweg Schneckenberg
Schulbergstraße 30, 94034 Passau

Anmeldung:

Tel: 0160 4856710

E-Mail: akf.brodschelm@t-online.de

Dehnung, Entspannung, Tai Chi

Übungsleiter: Mathias Rath

Termin: Freitag 14:00 Uhr - 15:30 Uhr
Spitalhofstraße 94, 94032 Passau
(Tanzschule Loring)

Anmeldung:

Tel: 0171 9192730

E-Mail: marath@t-online.de



TV Passau 1862 e.V.

www.tv-passau.de

Fitnessstunde

Übungsleiterin: Andrea Brodschelm

Termin: Montag 19:15 - 20:15 Uhr
Jahnturnhalle Innstadt
Jahnstraße 3, 94032 Passau

Anmeldung:

Tel: 0160 4856710

E-Mail: akf.brodschelm@t-online.de

Herz- u. Kreislaufgruppe

Übungsleiterin: Elke Wendl

Termin: Mittwoch 17:00 - 18:00 Uhr
Obere Turnhalle ASG
Innstraße 69, 94032 Passau

Anmeldung:

Tel: 0160 7502019

elkewendl@web.de



www.eintracht-passau.com

www.vfb-passau.de

www.tv-passau.de