
Kurs Sport in der Krebsnachsorge II

Sie möchten nach Therapien wie Operation, Chemo oder Bestrahlung wieder zu Ihrem „normalen Leben“ zurückkehren und überlegen was zu tun ist? Dann ist Sport genau das Richtige, denn unsere Zielgruppe „Sport in der Krebs-Nachsorge“ hilft und unterstützt Sie bei der Genesung.

Unsere speziell ausgebildete Übungsleiterin ermöglicht Ihnen - ob mit oder ohne sportliche Vorerfahrung - jederzeit den Einstieg in dieses zertifizierte Sportangebot.

Die Teilnahme erfolgt ohne Leistungsdruck, sondern mit Spaß an der Bewegung. Variantenreich gestaltet, strebt dieses Sportangebot folgende Ziele an:

- Durch moderates Ausdauertraining die Abwehr zu steigern
- Schmerzbedingte muskuläre Dysbalancen abzubauen
- Die allgemeine Leistungsfähigkeit zu steigern
- Ein positives Körpergefühl zu vermitteln
- Techniken zu verschiedenen Entspannungsformen zu erlernen

Sie können sich jederzeit anmelden, mit oder ohne ärztliche Verordnung.

Kursleitung	Petra Kühn, Entspannungspädagogin
Kursbeginn II	Mittwoch, 11:00 - 12:00 Uhr
Kursort II	Rosensaal, Bad Nauheimer Straße 11, 61231 Bad Nauheim-Steinfurth
Anmeldung	<u>Geschäftsstelle:</u> In den Kolonnaden 1, 61231 Bad Nauheim Telefon: 06032-5070313 Mail-Kontakt: kontakt@kneipp-bn.de Post-Anschrift: Kneipp-Verein Bad Nauheim/Friedberg e.V. PF 1573, 61215 Bad Nauheim
Hinweise	Teilnahme mit Warteliste! Dieser Kurs wird, mit ärztlicher Verordnung, von den Krankenkassen übernommen - ggf. im Kurssystem für Selbstzahler.