

Was, wann und wo

- Dieses Angebot richtet sich an UKSH-Patientinnen und -Patienten mit einer Krebserkrankung
- Kursleitung: Helén Frostbrant-Bake, M.A., Physiotherapeutin und Sportwissenschaftlerin
- Zeitlicher Umfang:
8 x donnerstags von 15 – 16 Uhr
- Ort: Treffen vor dem Haupteingang Haus C1, Walking auf und in der Nähe des UKSH-Geländes. Bei sehr schlechtem Wetter Indoor-Aktivität im Haus C1
- Ausrüstung: Bequeme Sportkleidung, Sport- oder Wanderschuhe, Stöcke sind vorhanden
- Die Teilnahme ist kostenlos, freiwillige Spenden sind willkommen.



Gutes tun!
Freunde- und Förderverein des UKSH

Ihr Engagement hilft!

Die kostenfreie Teilnahme am Vital-Walking ist dank des Spenden-Engagements von Privatpersonen und Unternehmen möglich. Damit Vital-Walking dauerhaft angeboten werden kann, ist auch Ihr Engagement herzlich willkommen!

Spendenkonto

IBAN: DE75 2105 0170 1400 1352 22

Empfänger: UKSH WsG e.V.

Bitte Angabe im Verwendungszweck:

FW14026, VITAL-WALKING HL

Vital-Walking wird durch das jährliche Engagement von „Triathlon-gegen-Krebs“ im Rahmen des 7-Türme Triathlons und vom Tri Sport Lübeck e.V. unterstützt.



DKG
KREBSGESELLSCHAFT

**Zertifiziertes
Onkologisches Zentrum**

**UK
SH**

UNIVERSITÄTSKLINIKUM
Schleswig-Holstein



Campus Lübeck

Onkologisches Zentrum



Vital-Walking
für Krebspatienten

Willkommen

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir möchten Sie herzlich einladen, an unserem kostenfreien Vital-Walking-Kurs teilzunehmen. Das Angebot richtet sich an alle onkologischen Patientinnen und Patienten während und nach ihrer Behandlung am UKSH, Campus Lübeck. Ein professioneller Coach leitet das Training und stimmt die Anforderung individuell auf Ihre gesundheitliche Verfassung ab.

Bereits ein leichtes Bewegungsprogramm kann den Verlauf einer Krebserkrankung und die Verträglichkeit der Behandlung positiv beeinflussen. Beim Vital-Walking möchten wir Freude an der Aktivität im Freien vermitteln. Hier haben Sie Gelegenheit zum Durchatmen: Das Walking wirkt psychischem Stress und Müdigkeit entgegen, steigert Ihre körperliche Fitness und Ihre Lebensqualität. Beim gemeinsamen Training in der Gruppe lernen Sie zudem andere Patientinnen und Patienten kennen, mit denen Sie sich austauschen können.

Vital-Walking für Krebspatienten ist eine Initiative von PD Dr. Inga Buchmann, Leiterin der Sektion für Nuklearmedizin des UKSH, in enger Kooperation mit dem Onkologischen Zentrum, Campus Lübeck, der UKSH-Physiotherapie und „Gutes tun!“, dem UKSH Freunde- und Förderverein.

Profitieren auch Sie von diesem Angebot, Sie sind herzlich willkommen!


PD Dr. Inga Buchmann


Prof. Dr. Nikolas von Bubnoff


Stefanie Fimm
Leiterin Physiotherapie


Pit Horst
Leiter der Stabsstelle
Fundraising

Kontakt

Universitätsklinikum Schleswig-Holstein
Ratzeburger Allee 160, 23538 Lübeck
www.uksh.de

Projektbetreuung

PD Dr. Inga Buchmann, Leiterin der Sektion für Nuklearmedizin

Anmeldung

Zentrale Einrichtung Physiotherapie
Fachleitungsbüro, Campus Lübeck
Brigitta Frank

☎ 0451 500-17431

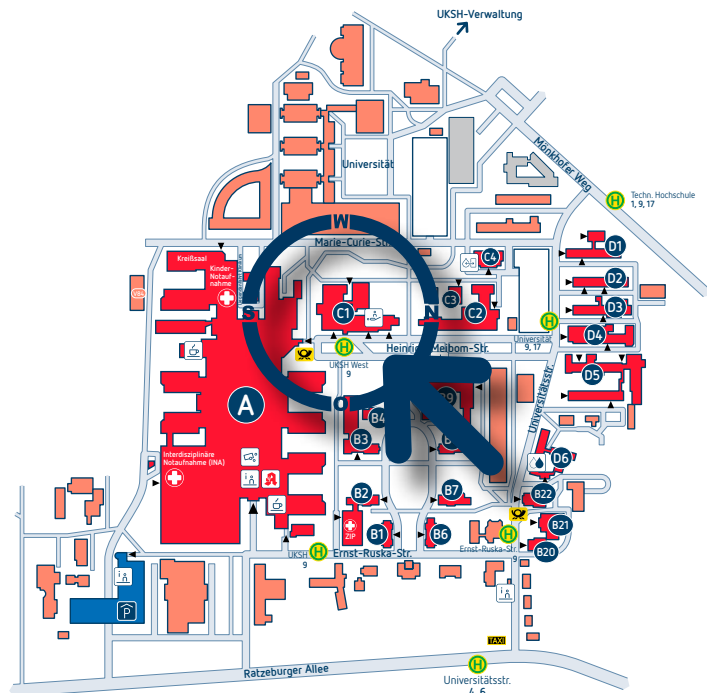
✉ brigitta.frank@uksh.de

Kursleitung

Helén Frostbrant-Bake, M.A.,
Physiotherapeutin und Sportwissenschaftlerin

☎ 0451 500-17431

✉ helen.frostbrant-bake@uksh.de



Wissen schafft Gesundheit