

REHA-SPORT in der Krebsnachsorge

**Einfach mal anfangen in einer Sportgruppe,
in der es um mehr als Bewegung geht:**



Krebspatientinnen profitieren in fast jeder Krankheitssituation davon, körperlich aktiv zu sein und sich sportlich zu betätigen. Sie fühlen sich seltener erschöpft, sind leistungsfähiger und bleiben beweglicher.

Wir, die REHA-Sportgruppe in der Krebsnachsorge, sind jetzt seit mehr als einem Jahr dabei und spüren, wie wir uns auf der Skala der Gesundheit immer weiter vorwärts bewegen.

Zu unserem Sportprogramm gehören Bewegungen, die uns aufrichten und stärken, zu mehr Ausdauer und Belastbarkeit führen und mit Spiel und Spaß in der Gemeinschaft Entspannung und Lebensfreude bringen.

**Wer dabei sein möchte, ist Mittwochs von 18.00 bis 19.00 Uhr in der Sporthalle
am Elversweg 44 in Ochsenwerder Herzlich willkommen! Einstieg jederzeit möglich!**

Hinweis:

Ob für Sie/Dich körperliche Aktivität und Sport während oder im Anschluß an eine Krebsterapie geeignet ist, sollten Betreffende immer mit ihrem behandelnden Arzt klären. Dieser wird dann eine Verordnung ausstellen, die von der Krankenkasse bestätigt wird. Dieses ist auch möglich, wenn die Behandlung schon etwas länger zurück liegt!



Infos

Mouna Menai Telefon: 0172 400 72 84

www.scv.de

SC Vier- und Marschlande von 1899 e.V.

Auf dem Sülzbrack 2, 21037 Hamburg

Telefon 723 99 29, Telefax 723 99 03

SC Vier- und Marschlande

Hamburg

