



Rastatter Turnverein 1846 e.V.

Kontakt Daten:

RTV-Geschäftsstelle

Alexandra Pütz

Jahnallee 20

76437 Rastatt

Tel. (07222) 5 96 86 - 17

alex.puetz@rastattertv.de

www.rastatter-tv.de

Übungsleiterin:

Tanja Weisenburger,

Fachübungsleiterin

Sport in der Krebsnachsorge



Unsere Angebote sind geprüft!

Bewegung bzw. sportliche Betätigung haben umfassende Wirkungen auf Ihr Wohlbefinden, Ihre Zufriedenheit und Lebensqualität. Darüber hinaus tragen sportliche Aktivitäten entscheidend dazu bei, Risikofaktoren zu vermindern und damit Krankheiten vorzubeugen.



Rastatter Turnverein 1846 e.V.

Sport in der Krebsnachsorge für Frauen (in Rastatt)



Gemeinsam geht es leichter!

Sport in der Krebsnachsorge

Ziele

- Gemeinsame Aktivität in der Gruppe
- Vertrauen in den eigenen Körper gewinnen
- Sporttherapie als Lebenshilfe
- Sinnvolle Ergänzung zur medizinischen und krankengymnastischen Betreuung
- Stärkung der Leistungsfähigkeit und Widerstandskraft

Termine

**Dienstags,
18.00—19.00 Uhr,
Sporthalle der
Anne-Frank-Schule**
(Wilhelm-Busch-Str. 6 in Rastatt)

Der Einstieg ist jederzeit möglich.
Bitte sprechen Sie mit Ihrem
behandelnden Arzt.

Antrag auf Rehabilitationssport
(kostenfrei nach Genehmigung durch
die Krankenkasse)

Selbstzahler: 10er Karte (€ 60,00)

Eine Mitgliedschaft im Verein ist nicht
notwendig.

...ist integrativer Bestandteil der Krebsnachsorge. Sie haben die Möglichkeit, sich innerhalb der Gruppe mit Gleichgesinnten auszutauschen. Erleben Sie die positive Wirkung von Bewegung. Der Lymphfluss wird angeregt, die Muskulatur gestärkt und Körper und Seele entspannt.

