



TUMOR-SPORT

BEI BLASENKREBS

WER, WAS, WANN, WO, WOFÜR

- Zur Unterstützung des Immunsystems
- Kräftigung, Ausdauer, Wohlbefinden
- Gymnastik „an Land“ und im Wasser
- Heilung unterstützen
- Wiederauftreten möglichst verhindern
- Angepasst an Leistungsvermögen
- Berücksichtigung besonderer Bedingungen (Harnableitungssysteme)
- Sicherheit im Wasser
- Lebensfreude bekämpft Krebs und Depression

GYMNASTIK ZU WASSER UND „TROCKEN“

- Wassergymnastik
- Gesundheitssport
- Stomaträger

Gruppengröße	Im Wasser	Sporthalle
Gruppe 1	15	25
Gruppe 2	15	20
Gruppe 3	15	15

WIE WERDEN TUMORPATIENTEN UNTERSTÜTZT

- Gesundheitssport Halle
- Wassergymnastik
- Gesamtpaket



GRUNDLAGEN

- Bewegung Hilft
- Gesund zu bleiben
- Gesund zu werden
- Erkrankung und Einschränkungen berücksichtigen
- Sport in der Gruppe stärkt Selbstbewusstsein
- Psychische Einschränkungen werden abgefedert
- Körperliche Kräftigung stärkt Immunsystem
- Ausdauer hilft beim Bewältigen der Krankheit
- Miteinander vermindert Ängste
- Professionelle Anleitung
- Ansehen in der Öffentlichkeit
- Signalcharakter