

Kontakt

Klinik für Innere Medizin I
Tumorzentrum Freiburg - CCCF
Universitätsklinikum Freiburg
Hugstetter Str. 55, 79104 Freiburg
Sportraum Telefon: 0761 270-70430
Büro Telefon: 0761 270-73240
www.sportonko.uniklinik-freiburg.de

Öffnungszeiten

Montag und Freitag	8:00 bis 17:00 Uhr
Dienstag und Donnerstag	8:00 bis 16:00 Uhr
Mittwoch	8:00 bis 18:00 Uhr

Spenden

Falls Sie uns unterstützen wollen, können Sie eine Spende auf das Konto des Universitätsklinikums überweisen.

Deutsche Bank Freiburg
IBAN DE22 6807 0030 0030 1481 00
BIC DEUTDE6FXXX
Verwendungszweck (bitte angeben!):
1020 0338 01 – Sportonkologie

So finden Sie uns

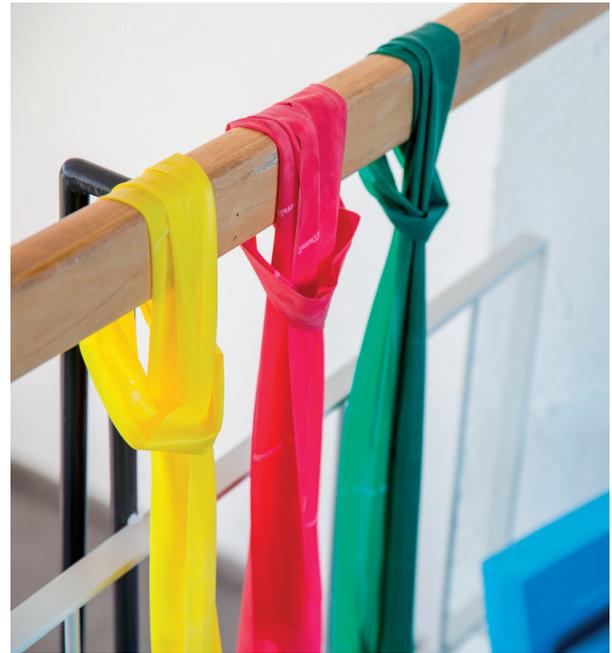
Straßenbahnlinie 5, Haltestelle Friedrich-Ebert-Platz,
Haus Langerhans, 4. OG



Stand bei Drucklegung

Herausgeber: © Universitätsklinikum Freiburg | April 2016
Redaktion: Tumorzentrum Freiburg - CCCF
Gestaltung: Medienzentrum | Universitätsklinikum Freiburg

Bewegungsangebot für Krebspatienten



in Therapie und
Nachsorge

Tumorzentrum Freiburg - CCCF

Bewegung und Sport bei Krebs

Das Angebot der Sportonkologie bietet allen Krebspatienten die Möglichkeit, therapiebegleitend und in der Nachsorge an einem regelmäßigen Bewegungsprogramm teilzunehmen.



Bereits während einer Krebsbehandlung mit Chemo-, Immun- oder Strahlentherapie kann körperliche Aktivität Ihnen helfen, verschiedenen Nebenwirkungen und ausgeprägter körperlicher und seelischer Erschöpfung entgegenzuwirken.

Unser Ziel ist es, dem muskulären und konditionellen Abbau vorzubeugen und dadurch Ihre alltägliche Leistungsfähigkeit und Lebensqualität zu erhalten oder zu verbessern.

Unser Training findet unter fachgerechter Anleitung und Betreuung von erfahrenen Sportwissenschaftlern sowie Sport- und Physiotherapeuten statt. Unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Bedürfnisse und aktuellen Belastbarkeit wird das Training regelmäßig angepasst. Der Erfahrungsaustausch unter Betroffenen kann Ihnen außerdem helfen, das Erlebte zu bewältigen.

Ein aktiver Lebensstil kann auch das Wiedererkrankungsrisiko senken.

Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Dieses Angebot steht allen onkologischen Patienten offen.

Vereinbaren Sie eine persönlichen Termin, wir beraten Sie gerne.

Unser Angebot

- Krafttraining
- Ausdauertraining
- Koordinations- und Beweglichkeitsübungen
- Training bei Polyneuropathie
- Nordic Walking
- Wissenschaftliche Begleitung

Leitung

Antonia Pahl, Sportwissenschaftlerin
sportonko@uniklinik-freiburg.de

Prof. Dr. Hartmut Bertz
hartmut.bertz@uniklinik-freiburg.de

Kooperationen

Zentrale Einrichtung für Bewegungsmedizin und Sport
www.uniklinik-freiburg.de/sportmedizin

Neurozentrum
www.uniklinik-freiburg.de/neurozentrum

Institut für Sport und Sportwissenschaft
www.sport.uni-freiburg.de

