

Infos und Anmeldung:

Diana Dose
Übungsleiterin

SVT-Geschäftsstelle

Süderdorfkamp 22
24536 Neumünster

Tel. 04321 3000-0

E-mail: info@sv-tungendorf.de

Erreichbarkeit:

Montag-Freitag 09:00 - 12:00 Uhr

Montag 16:00 - 19:00 Uhr

Dienstag und Mittwoch 15:00 - 17:00 Uhr

Haben auch Sie Lust, in fröhlicher und lockerer
Atmosphäre sportlich aktiv zu sein?
Dann sind Sie bei uns genau richtig!



Bewegungstherapie für Brustkrebs- patientinnen



im Therapiezentrum
am FEK



FEK - Friedrich-Ebert-Krankenhaus Neumünster GmbH
Friesenstraße 11, 24534 Neumünster
Telefon Zentrale: 04321 405-0
Homepage www.fek.de



Akademisches Lehrkrankenhaus für die
Medizinischen Fakultäten der Christian-
Albrechts-Universität zu Kiel und der
Universität Hamburg

Stand 04/2017

Holsteinisches
Brustzentrum
Heide - Rendsburg - Itzehoe - Neumünster

Unsere Übungsleiterin ist

Diana Dose

lizenzierte Übungsleiterin des Rehabilitations- und Behinderten Sportverbandes Schleswig-Holstein e. V., Bereich für Innere Medizin und Orthopädie
Staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin



Wir bieten Ihnen in unserem Programm an:

- Ausdauer- und Koordinationstraining
- mit und ohne Geräte
- Kräftigungs- und Dehnungsübungen
- Atemübungen
- Entspannungstechniken
- mit viel Spaß und Freude

In Kooperation mit dem Brustzentrum und dem Therapiezentrum am FEK.

Sie haben es in der Hand:

Regelmäßiger Sport und Bewegung haben Einfluss auf das „Gesundwerden“ und das „Gesundbleiben“ bei und nach einer Brustkrebserkrankung. Sportliche Aktivität führt zur selteneren Rückkehr des Krebses (Rezidiv) und mindert Nebenwirkungen der Krebstherapien und Wechseljahresbeschwerden und hilft darüber hinaus, seelische Krisen durch gemeinsame Aktivität besser zu überwinden. Dies alles wurde in großen wissenschaftlichen Studien nachgewiesen.



Haben wir Ihr Interesse geweckt? Kontaktieren Sie gerne das Holsteinische Brustzentrum Neumünster.

Leitung des Brustzentrums:

Dr. Ingrid Buck Tel. 04321 405-2061

Chefärztsekretärin:

Frau Bektur Tel. 04321 405-2061

Breast-Care-Nurse:

Frau Hörst Tel. 04321 405-5355

Das Programm ist von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannt.

Wer kann teilnehmen?

Jede Patientin die Lust verspürt, sich zu bewegen und die etwas für Ihre Gesundheit machen möchte.

Wann findet es statt?

Mittwoch, 16:30 - 17:30 Uhr (Nordic) Walking ab SVT Zentrum, Süderdorfkamp 22

Freitag, 14:15 - 15:15 Uhr Gymnastik im Raum im Therapiezentrum FEK

Freitag, 15:30 - 16:00 Uhr Wassergymnastik im Therapiezentrum FEK

Wo findet das Angebot statt?

Therapiezentrum am FEK

Friesenstraße 11

24534 Neumünster

Was kostet es?

Mit Verordnung: Kosten werden von der gesetzlichen Krankenkasse übernommen.

Ohne Verordnung: Bitte beim SVT Neumünster melden.