

2 Fachvorträge á 75 Min. und Workshops  
8 LE zur Lizenzverlängerung  
Alle Teilnehmenden erhalten ein Infopakete  
40 € Teilnahmegebühr

# DIGITALE FACHTAGUNG „BEWEGUNG GEGEN KREBS“

7. Mai 2021

## Welche Rolle spielen Sport und Bewegung in der Prävention von Krebs? Wie setzt man Sport und Bewegung in der Therapie und Nachsorge sinnvoll ein?

Bei der Fachtagung „Bewegung und Krebs“ erhalten Übungsleitende und Interessierten einen Überblick über den aktuellen Stand der Forschung. Eine Ernährungswissenschaftlerin vom UniversitätsTumorCentrum Jena berichtet über Erfahrungen aus der Praxis und gibt wichtige

Tipps zu geeigneten Ernährungsformen bei Krebserkrankungen. Praktische Workshops vermitteln Hinweise, was beim Training zu beachten ist. Ziel ist, den Teilnehmenden Wissen und praktische Tipps an die Hand zu geben, so dass Menschen nach einer Erkrankung im Sportverein qualifizierte Ansprechpartner finden.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Thüringer Behinderten- und Rehabilitationssportverband statt.

## PROGRAMM

14:00	Begrüßung
14:10	<b>Kraftvoll durch's bewegte Leben – Sport und Bewegung in der Onkologie</b> <i>Jana Müller, National Center for Tumor Diseases (NCT) Heidelberg</i>
15:30	Pause
15:35	<b>Ernährung für Patienten mit einer Krebserkrankung</b> <i>Viktoria Mathies, UniversitätsTumorCentrum Jena</i>
16:30	Pause
17:00	<b>Workshoprunde 1</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Wir bewegen Menschen über Tanzen, <i>Astrid Heßmer und Ronny Pietsch, Thüringische Krebsgesellschaft e. V. und „ADTV-Tanzschule führbar“</i></li><li>• Beckenbodentraining nach Krebserkrankung - Theorie und Praxis, <i>Daniela Ludwig</i></li><li>• Mehr Beweglichkeit und Stabilität für die Schulter nach Brustkrebserkrankung, <i>Annekatriin Borst</i></li></ul>
18:15	Wechselpause
18:25	<b>Workshoprunde 2</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Yoga bei Krebserkrankung, <i>Uta Kundler</i></li><li>• Beckenbodentraining nach Krebserkrankung - Theorie und Praxis, <i>Daniela Ludwig</i></li><li>• Mehr Beweglichkeit und Stabilität für die Schulter nach Brustkrebserkrankung, <i>Annekatriin Borst</i></li></ul>
19:40	Verabschiedung



**[MIT EINEM KLICK ZUR ANMELDUNG IM LSB-BILDUNGSPORTAL!](#)**

mit freundlicher Unterstützung von

