

## Kurzschulung im Sportkreis Hohenlohe

<b>Titel:</b>	Sport nach Krebs
<b>Ansprechpartner im SK</b>	Doris Baumann
<b>Thema:</b>	<p>Es gibt wichtige Daten dafür, dass das Auftreten einiger der häufigsten Krebserkrankungen wie Dickdarmkrebs, Brustkrebs, Gebärmutterkrebs u.a. durch eine regelmäßige moderate Sportbelastung signifikant seltener auftreten.</p> <p>Weltweit ist dies eine eminent wichtige gesundheitspolitische Maßnahme, da mit einer bedeutsamen Zunahme an zivilisatorischen Krebserkrankungen gerechnet wird. Der Vortrag geht auf die hierzu bekannte Datenlage, die physiologischen und medizinischen Gründe, weitere Risikofaktoren sowie die empfohlene Mindestbewegungsmenge sowie oberflächlich auf die Art der Bewegung ein.</p> <p>Weiter geht der Vortrag kurz auf das Thema "Frauen mit Krebserkrankungen - Sport als Therapie?" ein. Weshalb ist es so wichtig, dass Frauen während und nach einer Krebserkrankung gezielten Sport ausüben? Was können die Vereine dazu beitragen?</p> <p>Durch die Erkrankung sind im Vergleich zu regulären Gesundheitskursen verschiedene Dinge zu beachten, um die Therapie und Heilung optimal unterstützen zu können. Mit zugeschnittenen Angeboten und modernen Therapieformen können das allgemeine Wohlbefinden gesteigert und Stress abgebaut werden sowie die Kondition wie auch die körperliche Leistungsfähigkeit zunehmen.</p> <p>Wir konnten Frau Claudia Mayer-Tischer vom WLSB und Frau Dr. Marion Lauer, Frauenärztin aus Ingelfingen, gewinnen, zu diesem wichtigen Thema zu referieren.</p> <p>Der Statistik nach erkrankt jede 7. Frau in Deutschland an Krebs – sicher ist auch in Ihrem Umfeld jemand davon betroffen. Deshalb ist es umso wichtiger, möglichst vielen Betroffenen u n d nicht Betroffenen aufzuzeigen, welche begleitenden Möglichkeiten es inzwischen gibt und was wir als Sportvereine dazu beitragen können. Wir wollen mit diesem Seminar auch Mut machen. Etwas tun zu können und nicht nur machtlos zusehen zu müssen. Mut machen, die Initiative zu ergreifen.</p>
<b>Termin:</b>	24.04.2024
<b>Beginn: / Ende:</b>	Beginn 18:30 Uhr / Ende 20:30 Uhr
<b>Ort:</b>	TSV Kupferzell, Neue Straße 29, 74635 Kupferzell
<b>Referent:</b>	Frau Claudia Mayer-Tischer vom WLSB und Frau Dr. Marion Lauer, Frauenärztin aus Ingelfingen
<b>Vereinsmanagerlizenz:</b>	(LE)
<b>Gebühr:</b>	kostenlos
<b>Sonstiges:</b>	Die Plätze sind begrenzt. Die Anmeldung bitte bis 17.04.2024 an <a href="mailto:sportkreisbuero@sportkreis-hohenlohe.de">sportkreisbuero@sportkreis-hohenlohe.de</a>