



Sport nach Krebs Unser Angebot für Sie!

Sport nach Krebs hilft! Werden und bleiben Sie aktiv mit uns.

Schon lange ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass gemäßigter Ausdauersport sehr gute Auswirkungen auf den Krankheitsverlauf bzw. die Genesung von Menschen mit Krebserkrankungen hat. Seit vielen Jahren bietet der SV Heilbronn am Leinbach deshalb Kurse unter dem Titel „Sport nach Krebs“ an.

Gemeinsam mit dem Verein „Lauf zum Leben e.V.“ haben wir nun ein Angebot für Menschen mit bzw. nach Krebserkrankungen entwickelt, das darüber hinaus geht: Neben den klassischen Sport nach Krebs-Angeboten, haben wir für Sie ein Paket zusammengestellt. Dieses Paket beinhaltet neben den von den Krankenkassen anerkannten und vergüteten Kursen zwei weitere Bestandteile: Spezielle Kurse und Meditation. Diese Angebote unterstützen Sie dabei, wieder aktiv zu sein.



Ergänzend zu unseren neuen Paket-Angeboten können Sie unseren Kraft- und Fitnessraum nutzen und hier unter Anleitung zusammen mit unseren Mitgliedern trainieren.



Sport nach Krebs

In Kooperation mit:



ANERKANNTE KURSE FÜR KREBSPATIENTEN

- Wassergymnastik Frauen 50+ (Mi.)
- Sport nach Krebs (Do.)
- Weitere Kurse ab Anfang 2016

SPEZIELLES KURSPROGRAMM

- Qigong (Mo.)
- Rückenfit Senioren (Di.)
- Tai Chi Chuan für Anfänger (Di.)
- Indian Balance ® (Do.)

MENTALES TRAINING

- mentales Aktivierungstraining (MAT)
 - Meditationen
- Gerne bieten wir Ihnen dies individuell an (personal training).

VARIANTE 1: EINS PLUS EINS

- ✓ Auswahl eines Kurses aus den Kursen für Krebspatienten
- ✓ plus Auswahl eines zusätzlichen Kurses
- ✓ plus Krafttraining unter Anleitung

Ihre Kursgebühren:

- Mitglieder: 25,-- Euro
- Nichtmitglieder: 50,-- Euro

VARIANTE 2: EINS PLUS ZWEI

- ✓ Auswahl eines Kurses aus den Kursen für Krebspatienten
- ✓ plus Auswahl zweier zusätzlicher Kurse
- ✓ plus Krafttraining unter Anleitung

Ihre Kursgebühren:

- Mitglieder: 50,-- Euro
- Nichtmitglieder: 100,-- Euro

IHRE ANSPRECHPARTNERIN:

Sandra Eckstein
Abteilungsleiterin Turnen

Tel. 07131-4 11 29
Fax 07131-2 05 92 91
turnen@svhn1891.de

SV Heilbronn am Leinbach 1891 e.V. . Riedweg 52 . 74078 Heilbronn . Tel. 07131-481964 . Fax 2059291 . info@svhn1891.de

Bankverbindung . SV Heilbronn am Leinbach - Hauptverein: Volksbank Heilbronn
BLZ: 620 901 00 . Kontonummer: 30 421 004 . IBAN: DE54 6209 0100 0030 4210 04 . BIC: GENODES1VHN

Registergericht: Amtsgericht Stuttgart . Vereinsregister-Nr. VR659 . WLSB-Mitglied: 10039