

**NEU ! Onkologische Reha-Sportgruppe**

T.E.A.M.-Sport  
(Training – Entspannung – Aktion – Motivation)

**Wann:**

**Jeden Freitag von 15:15 Uhr bis 16:45 Uhr**

Kassenzulassung über Rehasportverordnung Ziffer 56

**Wo:**

In der Turnhalle vom Blindeninstitut Nähe Prüfeninger Schloß in Regensburg

**Wer:**

Alle Patienten während oder nach einer einer ambulanten/stationären Behandlung im Rahmen einer onkologischen Grunderkrankung

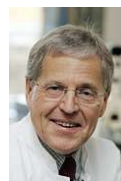
**Warum :**

Weil gezieltes Training nachweislich zur Verbesserung der Lebensqualität beiträgt, den Therapieerfolg steigern und die Rezidivrate senken kann.

**Das Team:**



Die ärztliche Leitung übernimmt Prof. Dr. med. Ernst-Dietrich Kreuser.



Frau Dr. med. Catarina Schock wählt im stationären Bereich die Patienten aus, die für eine physiotherapeutische Behandlung in Frage kommen.

Die stationäre physiotherapeutische Behandlung übernimmt Herr Wolfgang Bergauer. Er wird gruppenfähige Patienten für die Gruppe motivieren.

Die Leitung der Sportgruppe obliegt Herrn Markus Artner, Rehasportübungsleiter mit spezieller Erfahrung im internistischen Bereich (Herz, Lunge, Diabetes, pAVK, Osteoporose uvm.)

Von links:

Markus Artner, Wolfgang Bergauer, Dr. med. Catarina Schock

**Das Konzept:**

Ziel ist es durch Vernetzung der zur Verfügung stehenden Behandlungsspektren Ihnen als Patient eine umfassende Therapie anzubieten, die einerseits die onkologische Behandlung, andererseits unterstützende Maßnahmen und Ihre individuellen Bedürfnisse berücksichtigt. Besonders wichtig ist es uns, z.B. dem Fatigue- Syndrom von Anfang an entgegenzuwirken. Dafür wurde von uns ein speziell entwickeltes Programm entworfen.

Inhalte sind neben gezielten körperlichen Übungen für Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination auch mentales Training mit Gehirnjogging.

Schon in der stationären Phase werden die Patienten in Einzelbehandlungen z. B. auf dem Fahrrad-Ergometer betreut.

Später sind es dann die dynamischen Gruppenspiele, die vermehrt Lebensfreude spenden sollen. Der Spaß am Training steht dabei stets an oberster Stelle. Da die Gruppe auch einen theoretischen Teil anbietet, kann hier unter anderem auch auf Lebensstiländerungen eingegangen werden.

Ebenso werden die Patienten angehalten ein Energie- und ein Bewegungstagebuch zu führen, um ihren Bewegungsumsatz zu optimieren. Verschiedene Möglichkeiten, bei der Behandlung der Erkrankung aktiv mitzuwirken, werden vermittelt. Die Patienten erhalten außerdem Tipps und Techniken für ein selbständiges Training zu Hause.

**Infoanforderung**

- Ich hätte gerne mehr Informationen über die onkologische Sportgruppe !
- Ich bin an einem Schnuppertraining interessiert !
- Ich möchte aktiv an der Sportgruppe teilnehmen!
- Ich interessiere mich besonders für unterstützende Maßnahmen bei Brustkrebs!

Gerne melden wir uns bei Ihnen, bitte hinterlassen Sie uns hierzu Ihre Kontaktdaten

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

e-mail: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_

Handy: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_



**Infotelefon 0941/369-94201**  
(Frau Dr. med. Schock)