



Kraft schöpfen, zur Ruhe kommen und den Körper stärken

Eine Krebserkrankung ist eine enorme Herausforderung für Körper und Geist. Speziell angepasste Yoga- und Atemübungen können helfen, Nebenwirkungen wie Fatigue zu lindern, Ängste abzubauen und das allgemeine Wohlbefinden zu fördern.

Unser Angebot für Sie:

- **Was:** Sanfte Yogapraxis – unter professioneller Anleitung
- **Wer:** Betroffene - vor, während oder nach der Therapie
- **Kosten: 100 % kostenfrei** (ermöglicht durch Spenden)
- **Termin:** 12.06.2026; 26.06.2026; 24.07.2026; 04.09.2026; 18.09.2026; 02.10.2026; 16.10.2026; 30.10.2026; 13.11.2026; 27.11.2026

Wann und Wo?

- **Tag & Uhrzeit:** freitags 15:00 Uhr bis 16:00
- **Treff:** 14:45 Uhr in der ambulanten Krebsberatungsstelle (62.1.15.1) in der Medizinischen Universität Lausitz- Carl Thiem
- **Dauer:** ca. 60 min.

Kursleitung:

Julia Maria Knabe von Gumpert

Zertifizierte Yoga und Krebs Lehrerin



Das sollten Sie mitbringen:

Bequeme Kleidung, eine eigene Yogamatte, warme Socken und eine Decke, Getränke, eigenes Handtuch.

Anmeldung & Fragen:

Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko, es besteht kein Versicherungsschutz durch die MUL-CT, Haftung ist ausgeschlossen.

Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, bitten wir um eine kurze Anmeldung bei:

- **Name:** Alexandra Kutzke
- **Telefon:** 0355 461995
- **E-Mail:** Krebsberatungsstelle@mul-ct.de