



Die Teilnehmerkosten werden fällig zusammen mit der Anmeldung.

Überweisung auf folgendes Konto:

Empfänger: FSH Landesverband BW e.V.
IBAN: DE 30 6415 0020 0002 6676 85
BIC: SOLADES1TUB
Bank: Kreissparkasse Tübingen
Verwendungszweck:
 Power-Camp Tübingen + Name des Teilnehmers

Mit der Teilnahmebestätigung senden wir Dir per E-Mail weitere Informationen zu (Anfahrtskizze, Programmablauf etc.). **Programmänderungen vorbehalten.**

Organisation:

Frauenselbsthilfe Krebs
 Gruppe Tübingen
 Christine Tetzlaff, Uschi Sautter, Petra Ackermann
 ☎ 0160 - 96 24 49 95
 ✉ c.tetzlaff@frauenselbsthilfe-bw.de

Unterstützung durch

Frauenselbsthilfe Krebs
 Landesverband Baden-Württemberg / Bayern e.V.
 Haldenweg 23
 88682 Salem
 ☎ 07553 – 82 86 820
 ✉ info@frauenselbsthilfe-bw.de



Meine KRAFT entdecken

POWER-CAMP

Für krebsbetroffene Menschen



Termin: Samstag 21. September 2024

Ort: Jugendherberge Tübingen



Hast Du Lust, was Neues auszuprobieren, Deine inneren Kräfte neu zu entdecken, Dich auszutauschen und Spaß zu haben?

Dann bist Du hier richtig!

Wir wollen gemeinsam durchstarten und Wasser, Sonne und Natur genießen. - Seite an Seite. Mit Bewegung wollen wir unseren Körper und Geist in Einklang bringen und ihnen mit Achtsamkeit begegnen.



Folgendes Programm ist geplant:

10:00 Uhr	Begrüßung
10:15 Uhr	Vortrag mit Frau Dr. Bettina Böer „Muss es immer eine Vollnarkose bei der Brust-OP sein?“
11:00 Uhr	Walken + Bewegen durch Tübingen
12:00 Uhr	Gemeinsames Mittagessen
13:15 Uhr	Orientalische Tänze mit Jacckeline
14:00 Uhr	Möglichkeit zum Paddeln, Stocherkahnfahren und Kreativ-/Auszeit (Kurse finden 2x nacheinander statt mit Wechselmöglichkeit)
16:30 Uhr	Hatha Yoga mit Anke Stary
17:15 Uhr	Diskussionsrunde und Abschluss
18:00 Uhr	Ende der Veranstaltung

Ort: Jugendherberge Tübingen
Hermann-Kurz-Str. 4
72072 Tübingen
(Bitte nicht in der Juhe anrufen!)

Termin: Samstag 21.09.2024

Dauer: 10:00 bis 18:00 Uhr

Teilnehmer: max. 30 krebsbetroffene Menschen

Kosten: 16,00 € (für das gesamte Tagesprogramm und die Verpflegung).

Für die Anreise sind die Teilnehmer selbst verantwortlich und die Kosten dafür müssen selbst gezahlt werden.

Hinweis: Bitte die Teilnahme an den Sportangeboten vorher mit dem zuständigen Arzt abklären!

Mitzubringen: Sportkleidung (ggf. zum Wechseln)
Turnschuhe
Regenjacke
Mütze/Sonnenschutz
Yoga-/Gymnastikmatte

Veranstalter: FSH Gruppe Tübingen

Anmeldeschluss: 10. September 2024

Für Fragen stehen wir Dir gerne zur Verfügung:

Christine Tetzlaff, Uschi Sautter, Petra Ackermann

☎ 0160 - 96 24 49 95

💻 c.tetzlaff@frauenselbsthilfe-bw.de

Wir freuen uns auf Dich ♡

Hiermit melde ich mich verbindlich an

Vorname, Name: _____

Straße: _____

PLZ/Wohnort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

(Pflichtangabe für Versand Teilnahmebestätigung)

zum Power-Camp am 21.09.2024

Besondere Verpflegungswünsche:

- Vegetarisch Vegan Laktosefrei
 Glutenfrei Schweinefleischfrei

Anmeldung per E-Mail an:

c.tetzlaff@frauenselbsthilfe-bw.de

Mir ist bekannt, dass die Anmeldung erst mit Eingang des Teilnehmerbeitrags Gültigkeit hat.

Ort, Datum, Unterschrift

Die personenbezogenen Daten werden lediglich intern genutzt für diese Veranstaltung und im Anschluss wieder gelöscht.

Ich bin

bisher noch in keiner Gruppe

Teilnehmer/in

Gruppenleitungsteam

bei der FSH-Gruppe _____