



outdoorsports and exercise

OAC

outdooragainstcancer.com



healthy nutrition



mental wellbeing



healthy environment



Co-funded by
the European Union

CHOOSE the HEALTHy way



Outdoor Training für Krebspatient:innen, Familie & Freund:innen beim
ESV München e.V.

Wann:

Mo. 17:30 - 18:30 Uhr, OAC Outdoor Training

Do. 09:00 - 11:30 & 17:00 - 19:30 unterstützendes Training im ESV Fitnessstudio

Wo:

Margarethe-Danzi-Str. 21; 80639 München; S-Bahn Station Laim

Teilnahmeinfos:

Mitgliedschaft in der Reha-Abteilung des ESV

Kosten: Vereinsbeitrag: 12,- €/Monat; Abteilungsbeitrag: 17,- €/Monat

Alle Trainer:innen sind OAC zertifiziert und passen das Programm auf die Bedürfnisse der Teilnehmer:innen an. Das Training findet bei jedem Wetter statt! Benötigt werden entsprechende Sportkleidung und ein Getränk.

Unser Programm eignet sich zur Prävention, Unterstützung während der Therapie und im Anschluss, um wieder fit zu werden und gesund zu bleiben.

Outdoor Against Cancer (OAC)

Julia Urban Sporttherapeutin

Anmeldung unter: oac@esv-muenchen.de

