

# Liebe ActiveOncoKids, Liebe Eltern, Liebe Interessierte!

Herzlich Willkommen! Wir freuen uns hiermit die vierte Auflage unseres neuen Newsletters zu den Sportveranstaltungen aus Norddeutschland an euch zu versenden. Über diesen QR Code kommt ihr direkt zu unserer Website, um nichts mehr zu verpassen:



## 1. Kommende Veranstaltungen

Wie bereits angekündigt, veranstalten wir am **19.11.2022** anlässlich des „**Krebsaktionstags**“ noch einmal an allen drei Standorten tolle Schnuppertage für euch.

**UKSH KINDER/UKU**  
**Schnupperangebot in der Trendsportart „Parcours“**  
 Wann: Kinder/Jugendliche in der Nachsorge oder Erhaltungstherapie\*  
 Wom: Samstag, den 19.11.2022 von 10-19 Uhr  
 Wo: EBS 1-Feld, Am Fleethof 20, 22393 Hamburg  
 \*Anmeldungen bitte per Mail an: „s.ellers@uke.de“ oder „k.donst.ext@uke.de“  
 Ihr auch neue Herausforderungspost?  
 Dann seid ihr herzlich zum Parcours-Schnuppertag beim TSC Wellingsbittel eingeladen!  
 Hier bekommt ihr die Möglichkeit unter erfahrender Anleitung die Grundlagen der Trendsportart „Parcours“ zu entdecken. Beim Überwinden verschiedener Parcours-Aufbauten aus Matten, Kästen, Kisten etc. könnt ihr euch ausprobieren und neue Bewegungserfahrungen sammeln.  
 \*Die Voraussetzung für eine Teilnahme am Schnuppertag kann in Absprache mit den Anbauverantwortlichen geprüft werden.  
 Für weitere Fragen oder Anmeldungen meldet euch gern bei Simon Ellers unter [s.ellers@uke.de](mailto:s.ellers@uke.de) oder bei Katharina Donst unter [k.donst.ext@uke.de](mailto:k.donst.ext@uke.de)

## Parcours in Hamburg

Am **19.11.2022** findet ein Parcours-Schnuppertag in Hamburg statt. Probiert euch aus im Hindernislauf und freut euch auf coole Tipps und Tricks beim Überwinden der verschiedenen Aufbauten.

Für weitere Infos und Anmeldungen meldet euch gern unter [s.ellers@uke.de](mailto:s.ellers@uke.de) oder unter [k.donst.ext@uke.de](mailto:k.donst.ext@uke.de).

## Kämpfen in Lübeck

In Lübeck dreht sich am **19.11.2022** alles rund um das Thema Kampfsport in der Chin Woo Schule Lübeck. Von Kung Fu über Kickboxen bis Ninjutsu, aber auch Kinderturnen ist alles dabei. Schnuppert in die verschiedenen Sportarten und probiert euch aus.

Für weitere Fragen und Anmeldungen steht euch Franziska Richter unter [franziska.richter@uksh.de](mailto:franziska.richter@uksh.de) gern zu Verfügung.

**MACH MIT!**

Am Schnuppertag laden wir Dich ein, unsere Sportgruppen kennenzulernen. Einfach vorbeikommen und mitmachen!

12.00 Uhr Halle 1	13.00 Uhr Halle 1	14.00 Uhr Halle 1	15.00 Uhr Halle 2
			
Kinderturnen	Kung Fu	Ninjutsu	Kick-Boxen Muay Thai

**INFOS**

Alter von 4 bis 16 ■ Baulich bedingt ist leider für Rollis kein Zugang möglich ■ Es gibt für alle Teilnehmer:innen ein T-Shirt (solange der Vorrat reicht) ■ Getränke und Snacks gratis

Der inklusive Schnuppertag wird zum Krebsaktionstag am 19.11.2022 gefördert im Rahmen des Aufprojekts der Deutschen Behindertengerechten und in Kooperation mit dem Netzwerk ActiveOncoKids Zentrum Nord durchgeführt. Die Angebote sind für ALLE zugänglich und damit auch für Kinder nach abgeschlossener Krebstherapie geeignet. So möchten wir gemeinsam den sportlichen Wiedereinstieg finden oder neue Sportarten entdecken. Damit wird nicht nur der Fitnesszustand gefördert sondern vor allem der Spaß an der Bewegung.

## Yoga-Schnupperkurs

**Yoga-Schnupperkurs und Elterntreffen**


 Wann: Kinder/Jugendliche in der Nachbargemeinde oder Erhaltungstherapie sowie Elterngruppe für krebskranke Kinder  
 Wo: Sonntag, den 19.11.2022 um 11 Uhr  
 Wo: Elternhaus des Förderkreises (Forstweg 1, 24107 Kiel)  
 Bitte [anmeldung@krebskranke-kinder-kiel.de](mailto:anmeldung@krebskranke-kinder-kiel.de) persönlich Raumlichkeiten organisiert werden müssen!

**Wichtige Infos**

- Es ist jeder herzlich eingeladen an einer Yoga-Schnupperstunde teilzunehmen und/oder sich mit anderen gemeinsam im Elternhaus zu treffen
- Die angebotenen Yoga-Schnupperkurse gehen als ein zusätzliches Angebot zum Elterntreffen
- Es wird verschiedene Yoga-Angebote für Eltern, Jugendliche und Kinder geben
- Um die Organisation zu erleichtern, bitten wir auch den nachfolgenden Bogen zur Anmeldung auszufüllen

Für weitere Fragen und Anmeldungen meldet euch gern beim Förderkreis (Mail: [anmeldung@krebskranke-kinder-kiel.de](mailto:anmeldung@krebskranke-kinder-kiel.de)) oder bei Nicole Soinski (Web: [www.krebskranke-kinder.de](http://www.krebskranke-kinder.de), Tel.: 0173/4829871)

Unterstützt und veranstaltet wird dieser Schnuppertag vom Förderkreis für krebskranke Kinder und Jugendliche e.V.

Forstweg 1, 24107 Kiel  
 Tel.: 0173/4829871  
 E-Mail: [anmeldung@krebskranke-kinder.de](mailto:anmeldung@krebskranke-kinder.de)  
 Web: [www.krebskranke-kinder.de](http://www.krebskranke-kinder.de)

Und von Netzwerk „ActiveOncoKids“-Zentrum Nord

Gemeinsam mit dem Förderkreis für krebskranke Kinder e.V. veranstalten wir am **19.11.2022** eine Yoga-Schnupperstunde in Kiel. Es wird verschiedene Yoga-Angebote für Erwachsene, Jugendliche und Kinder geben, sodass für alle etwas dabei ist.

Für weitere Infos und Anmeldungen meldet euch unter [anmeldung@krebskranke-kinder-kiel.de](mailto:anmeldung@krebskranke-kinder-kiel.de) oder unter [Nicole.Soinski@uksh.de](mailto:Nicole.Soinski@uksh.de).

**Alle Flyer mit den detaillierten Infos sind auch auf der Website unter <https://www.activeoncokids.de/zentrum/zentrum-nord/> einzusehen.**

Habt ihr Lust an einer oder mehreren der geplanten Aktionen teilzunehmen? Dann meldet euch gern bei uns:

<p><b><u>Simon Elmers (Hamburg)</u></b>          E-Mail:  <a href="mailto:s.elmers@uke.de">s.elmers@uke.de</a>          Tel.: 040/7410 - 52624</p>	<p><b><u>Nicole Soinski (Kiel):</u></b>          E-Mail:  <a href="mailto:Nicole.Soinski@uksh.de">Nicole.Soinski@uksh.de</a>          Tel.: 0173 - 4829871</p>	<p><b><u>Franziska Richter (Lübeck):</u></b>          E-Mail:  <a href="mailto:franziska.richter@uksh.de">franziska.richter@uksh.de</a>          Tel.: 0451 - 50042985</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Für weitere Fragen stehen wir selbstverständlich gern zu Verfügung. Wir freuen uns ebenfalls über Kommentare und Nachrichten von euch. Zur Prüfung der Teilnahmevoraussetzungen kontaktieren wir gerne euren behandelnden Arzt.

**Wir freuen uns auf eure Anmeldungen!**

## 2. Impressionen

### Stand Up Paddling am 27.08.2022

Bereits zum zweiten Mal durften die Kinder und Jugendlichen in die Sportart *Stand Up Paddling* schnuppern. In Kooperation mit *WESTWIND*, dem *Förderkreis für krebskranke Kinder und Jugendliche e. V.* und dem Netzwerk *“ActiveOncoKids”*, wurde allen ein sportlicher Tag auf dem Wasser am Falckensteiner Strand ermöglicht. Nach dem anstrengenden Paddeln gegen den Wind, zeigte sich zum leckeren Picknick auch noch die Sonne. Viele kleine Strandspiele und nette Gespräche rundeten den Tag ab. Vielen Dank an alle, die dabei waren!



## Therapeutisches Reiten am 10.09.22

Am 10. September 2022 fand erstmalig eine Schnuppertag im *therapeutischen Reiten* statt. Auf dem *Gärtnerhof am Stüffel e.V.* trafen sich interessierte Kinder und Jugendliche aus Hamburg, Lübeck und Kiel, um neue Möglichkeiten der Bewegung zu entdecken und einmalige Erfahrungen zu sammeln. Mit einer gehörigen Portion künstlerischer Kreativität zauberten die Teilnehmenden den Pferden verschiedenste Muster und Motive in Fell und Mähne. Auf spielerische Art und Weise durfte danach der Umgang mit den Pferden erlernt und im Anschluss verschiedene Geschicklichkeitsaufgaben auf den Pferden absolviert werden. Für diesen wunderschönen Tag voller neuer Eindrücke gilt großer Dank auch den Reittherapeutinnen, die uns diese Erlebnisse überhaupt erst ermöglicht haben.



### 3. Sonstiges

#### „SAVE THE DATE“

Vom **04.02.-11.02.2023** findet nach längerer Pause die **Skifreizeit „Pistenflitzer“**, organisiert von Schwester Gisa aus dem UKE in Hamburg, statt. Nähere Infos hierzu folgen im nächsten Newsletter, wer sich vorab informieren möchte kann dies unter <https://www.skifreizeit-pistenflitzer.de/> tun.

#### „weitere Links“

Schaut auch gern auf der Homepage des Netzwerks AktiveOncoKids (<http://activeoncokids.de>) vorbei. Auch zu finden auf Instagram und Facebook:

