

Nach dem Krebs wieder mit Freude zum Sport

Durch eine Erkrankung kann Sport eine neue Herausforderung werden / Im Sportpark wird gezeigt, wie es gelingen kann

Von Astrid Wagner

HEPPENHEIM. Wenn Kinder und Jugendliche an Krebs erkranken, dann ist der Verlauf dieser Erkrankung individuell oft sehr unterschiedlich: Bei einigen bleibt der natürliche Bewegungsdrang bestehen, andere bleiben lange inaktiv, ziehen sich aus den unterschiedlichsten Gründen aus dem Schul-, Vereins- und Freizeitsport zurück. Dabei hat körperliche Aktivität positive Auswirkungen – nicht nur auf die Fitness, sondern auch auf das psychische Wohlbefinden. Eine Tatsache, die man bereits aus der Erwachsenenonkologie kennt. Dass das auch bei Kindern und Jugendlichen so ist, zeigen erste Studien.

Doch nicht alle Kinder können nach einer überstandenen Krebserkrankung so ganz einfach wieder anfangen, Sport zu treiben. Einige müssen sich mit veränderten Bedingungen und bleibenden körperlichen beziehungsweise psychischen Problemen oder Handicaps auseinandersetzen. Zu nennen sind hier beispielsweise starke Erschöpfungszustände, Gleichgewichtsprobleme, Seh-Einschränkungen oder auch Amputationen. Andere können motorisch und leistungsphysiologisch nicht mit gesunden Gleichaltrigen mithalten. Das führt immer wieder zu Ausgrenzung.

Das Netzwerk ActiveOnco-Kids (NAOK) bietet für er-



Beim Kick-off-Sporttag des neuen NAOK-Zentrums Rhein-Main-Neckar im Heppenheimer Sportpark konnten die Kinder verschiedene Sportarten testen. Foto: Sportpark

krankte Kinder und solche, die die Therapie geschafft haben, Sportprogramme an, mit dem Ziel, dass die Mädchen und Jungen wieder in den Schul- und Vereinssport zurückkehren.

Zur Gründung des neuen NAOK-Zentrums Rhein-Main-Ne-

ckar fand nun ein Kick-off-Sporttag im Sportpark Heppenheim statt. Das Zentrum soll regionale Sportangebote für ehemals krebserkrankte Kinder und Jugendliche, deren Geschwister, Freunde und Familie der kinderonkologischen Zentren Frankfurt, Heidelberg,

Mainz und Würzburg anbieten und gemeinsam koordinieren.

18 Kinder hatten sich mit ihren Eltern im Sportpark Heppenheim zusammengefunden und wurden von einem bunt gemischten Trainer-Team begrüßt. Nach dem gemeinsamen Aufwärmen mit den sportthera-

peutischen Vertretern der Zentrums-Standorte Sarah Erhard (Uniklinikum Frankfurt), Elias Dreismickenbecker (Unimedizin Mainz), Leonie Rapp (NCT Heidelberg) sowie Hannah Stalf (Frankfurt), wurden die Kinder und Eltern in Gruppen eingeteilt und konnten in je-

weils drei Bewegungseinheiten à 40 Minuten in die Sportarten Tennis/Ballschule, Boxen und Zumba hinein schnuppern.

Jan Kahlert, Leiter der Tennis-schule YTP- no limits und DTB-Trainer Marco Wiemer gaben erste Einblicke in Tennis-Training und Ballschule. Anfänger und Fortgeschrittene konnten spielerisch ihre koordinativen Fähigkeiten schulen und im anschließenden Match anwenden. Boxtrainer Morrison Owusu und sein Assistent Tim vom KSC-Bensheim testeten mit abwechslungsreichen Aufwärmmethoden die Kondition der Teilnehmer. Zudem gab es eine erste Einführung in die Schlagtechniken. Die Zumba-Trainee-rinnen Giuseppina Azzarelli und Sabrina Zettelmeier brachten alle in Schwung und zeigten, dass Zumba für jeden etwas ist, egal ob groß oder klein, sogar für Menschen ohne Rhythmusgefühl.

Großer Förderer des Projektes ist die gemeinnützige Initiative „Du musst kämpfen“, die Jan Kahlert bereits seit vielen Jahren mit Aktionen aktiv unterstützt. Ins Leben gerufen hat diese Initiative Jonathan „Johnny“ Heimes gemeinsam mit Andrea Petkovic. Während „Petko“ in die Tennis-Weltklasse aufstieg, kämpfte Johnny gegen den Krebs und ums Überleben. Nach über zwölf Jahren Kampf verstarb Johnny 2016. Doch sein Kampfgeist und sein Vermächtnis machen ihn unvergessen.

Hausmesse bei Weiser

HEPPENHEIM (red/mb). Ein Platzhirsch in ihrem Segment ist die seit vier Generationen inhabergeführte Heppenheimer „Wein- und Getränkewelt Weiser“ – und das seit einem Dreivierteljahrhundert: „75 Jahre Leidenschaft für guten Geschmack“ ist denn auch die mehr als 50 Aussteller zählende, nun anstehende Hausmesse überschrieben. In Ermangelung eines angemessenen Raumangebots in der Kreisstadt findet diese am Wochenende 13. und 14. April in Bensheim statt. Je von 10 bis 18 Uhr in dessen Kultur- und Kongresszentrum. Gäste erwartet einer Pressemeldung zufolge samt Food-Trucks auf dem Beauer Platz „eine facettenreiche Genuss-Reise mit Weinen, Sekten und Spirituosen von der Bergstraße sowie von namhaften Erzeugern aus Deutschland und Europa“. Karten gibt es über die Website getraenkewelt-weiser.de oder im Geschäft sowie restliche an der Tageskasse.

Reisebericht bei den Senioren

HAMBACH (red). Das nächste Treffen der Hambacher Senioren ist für Mittwoch, 10. April um 15 Uhr im Alten Rathaus geplant. An diesem Nachmittag wird Mechthild Ludwig einen Reisebericht „Schlösser der Loire“ vortragen. Gäste sind willkommen.

– Anzeige –

Gesundheit

CBD auf der Überholspur

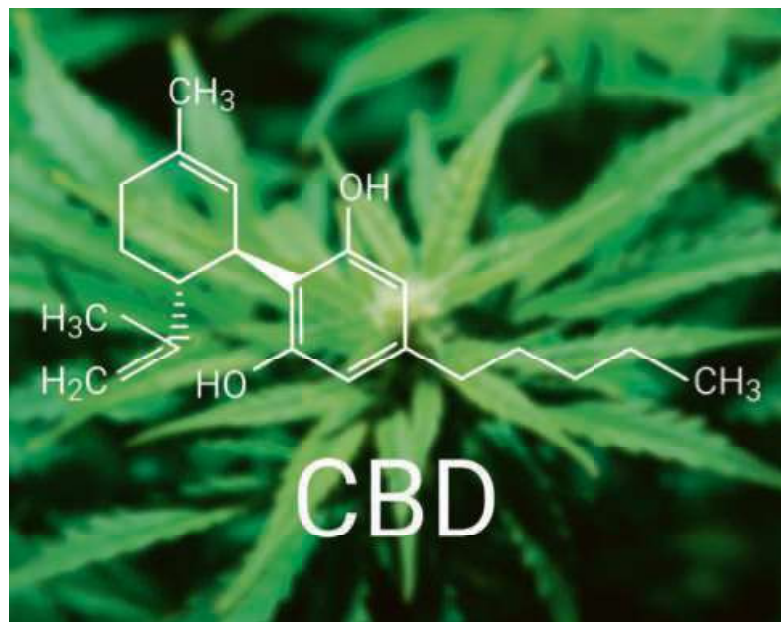
Neu auf dem Cannabismarkt: Einzigartiges Gel mit 900 mg CBD für beanspruchte Muskeln

Der wertvolle Wirkstoff Cannabidiol, kurz CBD, wird aus der Hanfpflanze gewonnen und beschäftigt Wissenschaftler auf der ganzen Welt, denn in dem Pflanzenstoff steckt enormes Potenzial, darüber sind sich die Fachleute einig. Aber wie können Millionen Menschen von dem Cannabisstoff profitieren?

Der älteste Hanf-Fund in Europa liegt in Deutschland und wird auf 5500 v. Chr. datiert. Damals war jedoch noch nicht zu erahnen, dass insbesondere der Cannabisstoff CBD einmal einen Siegeszug in der Wissenschaft antreten würde. Heute ist



Auf dem Markt gibt es inzwischen ein ganz besonderes CBD Gel, das Menthol und Minzöl zur Pflege beanspruchter Muskeln enthält.



ein regelrechter CBD-Boom ausgebrochen. Kein Wunder, denn anders als der ebenfalls bekannte Cannabisstoff THC (Tetrahydrocannabinol), der für die berauschende Wirkung der Cannabisdroge verantwortlich ist, macht CBD weder „high“ noch abhängig. Sogar die WHO (Weltgesundheitsorganisation) stuft CBD als sichere Substanz mit einem geringen Risiko ein.¹ Zahlreiche Studiendaten deuten bereits darauf hin, dass CBD einen äußerst vielfältigen therapeutischen Nutzen haben könnte.

Deutsche Forscher entwickelten erstes Gel mit höchstem CBD-Gehalt pro Tube

Auch ein deutsches Forscherteam hat sich umfassend mit den vielfältigen Cannabissorten beschäftigt. Mittels eines speziellen CO₂-Verfahrens konnten sie aus der besonderen Cannabissorte sativa L. hochwertiges, reines CBD isolieren und mit einer Dosierung von mindestens 900 mg CBD in einem speziellen Gel aufbereiten.

Sie brachten nicht nur das erste Gel mit dem höchsten

CBD-Gehalt pro Tube in deutschen Apotheken auf den Markt, sondern stellten auch sicher, dass es unter strengen deutschen Pharmastandards hergestellt wird.

Basierend auf ihrem Fachwissen über natürliche Pflanzen- und Inhaltsstoffe reichten die Wissenschaftler das wertvolle Cannabis CBD Gel mit Menthol und Minzöl an – für eine angenehm pflegende Formulierung bei beanspruchten Muskeln! Dieses hochdosierte CBD Gel ist heute unter dem Namen Rubaxx Cannabis CBD Gel in der Apotheke vor Ort oder online erhältlich.

Im Netz findet man inzwischen zahlreiche positive Erfahrungen von begeisterten Anwendern. So berichtet eine Anwenderin über das CBD Gel: „Ein sehr gutes Produkt! Schon nach kurzer Anwendung hat sich ein beeindruckender Erfolg eingestellt. Durch die einfache Handhabung und praktische Verpackung kann man es immer dabei haben. Das Preis-Leistungs-Verhältnis ist sehr gut.“

Tipps für unsere Leser



– Marianne H. –

★★★★★

„Ich habe mir von Rubaxx sehr viel versprochen und was soll ich sagen: Es ist wunderbar zum Auftragen. Ich spüre die Erleichterung jeden Tag! Es tut mir einfach gut, dieses Rubaxx Cannabis Gel!“



Jetzt NEU mit 900 mg CBD

Jetzt Rubaxx CBD Gel auf pureSGP.de bestellen und bis zu 17%* sparen!



*gilt beim Kauf von mehreren Packungen

Cellulite, Falten, schlaaffe Haut?

Dieses Arzneimittel hilft von innen!



Oft stehen wir Frauen vor einem scheinbar unlöslichen Problem: Wie werde ich die schlaaffe Haut, die lästigen Dellen und Falten los? Diese unschönen Erscheinungen entstehen durch ein schwaches Bindegewebe, also von innen.

Wissenschaftlern ist es gelungen, ein Arzneimittel mit einem dualen Wirkstoffkomplex zu entwickeln (Revoten Tabletten, rezeptfrei, Apotheke), der von innen wirkt! Die zwei enthaltenen natürlichen Arzneistoffe dienen laut den Ergebnissen der Arzneiprüfungen und der Pharmakologie als Anregungs- sowie Heilmittel für die nachlassenden Stoffwechselläufe im Bindegewebe.

So können unschöne Anzeichen von Bindegewebsschwäche wie schlaaffe Haut und Cellulite natürlich von innen bekämpft werden.

Für Ihre Apotheke: **Revoten Tabletten** (PZN 18405588) www.revoten.de

REVOTEN. Wirkstoffe: Acidum silicicum Trit. D4, Calcium carbonicum Hahnemannii Trit. D4. Die Anwendungsgebiete entsprechen den homöopathischen Arzneimittelbildern. Dazu gehört: Bindegewebsschwäche. www.revoten.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • Remitan GmbH, 82166 Grafelfing

¹WHO Report Finds No Public Health Risks Or Abuse Potential For CBD. To date, there is no evidence of recreational use of CBD or any public health related problems associated with the use of pure CBD. • Rubaxx Cannabis CBD Gel ist ein Kosmetikum und enthält ca. 900 mg CBD, kein THC. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Name geändert