

Liebe ActiveOncoKids, Liebe Eltern, Liebe Interessierte!

Herzlich willkommen! Viele Aktionstage sind vorbei und daher wollen wir euch mit diesem 15. Newsletter zu den Sportveranstaltungen aus Norddeutschland einen Rückblick geben. Über diesen QR-Code kommt ihr direkt zu unserer Website, um nichts mehr zu verpassen:



1. Übersicht

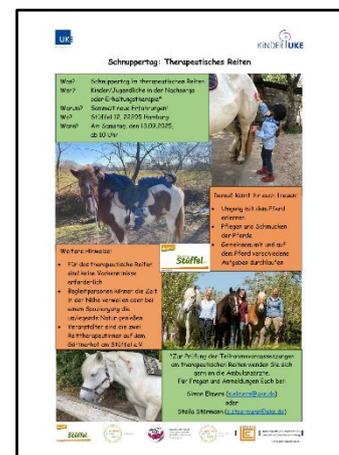
13.09.2025	Therapeutisches Reiten – Hamburg	Flyer – Reiten
15.09.2025	HSV Geschwistertag – Hamburg	Flyer - Geschwistertag
18.04.2026	Kickin Cancer – Mainz	Flyer – Kickin Cancer

2. Nächste Veranstaltungen

Therapeutisches Reiten

In diesem Jahr findet am **13. September** wieder ein Schnuppertag beim Therapeutischen Reiten (Stüffel 12, 22395 Hamburg) statt. Dabei lernt ihr den Umgang mit Pferden, könnt diese schmücken und pflegen und gemeinsam mit und auf den Tieren verschiedene Aufgaben in einem Parcours durchlaufen.

Für weitere Fragen und Anmeldungen meldet euch bei Simon Elmers (s.elmers@uke.de).



3. Impressionen

Handballspiel in Lübeck



Am Sonntag, den 04. Mai 2025, hatten wir die Gelegenheit, beim Heimspiel des VfL Lübeck-Schwartau in der Hansehalle dabei zu sein!

Gemeinsam erlebten wir ein spannendes Spiel der 2. Handball-Bundesliga gegen den TuS Ferndorf.

Die Halle war mit fast 2000 Zuschauerinnen und Zuschauern gefüllt und die Stimmung war mitreißend.

Vor dem Spielbeginn wurden wir vom Maskottchen Tobi Tiger an unseren Sitzplätzen in der ersten und zweiten Reihe begrüßt. Das Spiel bot jede Menge Highlights, viele Tore und spannende Momente, so dass der Sieg bis in die Schlussminuten umkämpft blieb. Am Ende musste sich der VfL Lübeck-Schwartau mit 24:29 geschlagen geben. Im Anschluss gab es noch Autogramme von einigen Spielern.

Mutmach-Event in Hamburg

Beim Mutmach-Event am 05. Mai konnten alle Kinder und Jugendlichen ordentlich Mut tanken. David Kadel, der Autor des Buchs "WIE MAN RIESEN BEKÄMPFT!?" las aus diesem vor. Außerdem konnten die Kinder und Jugendlichen mit den Fußball-Profis Davie Selke vom HSV und David Nemeth vom FC St. Pauli ins Gespräch kommen und Autogramme bekommen. Das Event war ein voller Erfolg!

Auf dem Instagram Kanal des FC St. Pauli ist ein [inspirierendes Video](#) zu finden, welches den Tag wundervoll zusammenfasst.

Fußball in Hamburg

Zwischen dem Trainingsplatz der Amateure und den Kabinen der Profis: Am 16. Mai 2025 hatten vierzehn Teilnehmende die Gelegenheit, sich gemeinsam am Ball auszuprobieren und den Fußballclub im Herzen Hamburgs aus nächster Nähe kennenzulernen.



Der Tag war ein Erlebnis für echte Fußballfans als auch für Neulinge. Auf dem Programm stand eine Trainingseinheit für alle, angeleitet von zwei Trainer:innen des FC St. Pauli. Leider machte das Hamburger Wetter seinem Ruf alle Ehre und überraschte uns mit kräftigen Regenschauern. Zum Glück befinden sich die Trainingsplätze der Amateure direkt neben dem Stadion, sodass die überdachten Fanblöcke der Gruppe Schutz bieten konnten.

Begleitet wurde der Ausflug von den Sporttherapeut:innen des UKE, Simon Elmers und Stella Störmann. Inmitten der beeindruckenden Kulisse zwischen Bunker, Stadion und Heiligengeistfeld starteten nach dem Regen die ersten Übungen und Spiele auf dem Rasen. Nach intensiven Trainingseinheiten, Torschüssen und einem spannenden Abschlussspiel wartete ein weiteres Highlight – eine Stadionführung. Die Teilnehmenden durften auf den Spielerbänken Platz nehmen, durch den berühmten Spielertunnel schreiten und einen Blick auf den Rasen werfen. Zum Abschluss erhielten alle eine Urkunde von den Rabauken des FC St. Pauli.

Der Nachmittag war weit mehr als nur Sport und Bewegung: Es war ein wichtiger Schritt hin zu mehr Aktivität, Gemeinschaft, Mut und Teamgeist – und vielleicht auch der Beginn einer neuen Vereinssportart. Ein herzliches Dankschön an den FC St. Pauli für diese großartige Kooperation, die spannenden Einblicke und das engagierte Training. Wir freuen uns schon auf das neue Jahr!



Der Nachmittag war weit mehr als nur Sport und Bewegung: Es war ein wichtiger Schritt hin zu mehr Aktivität, Gemeinschaft, Mut und Teamgeist – und vielleicht auch der Beginn einer neuen Vereinssportart.

Ein herzliches Dankschön an den FC St. Pauli für diese großartige Kooperation, die spannenden Einblicke und das engagierte Training. Wir freuen uns schon auf das neue Jahr!

Wir freuen uns schon auf das neue Jahr!

Segelfliegen in Lübeck



Am Samstag, den 17. Mai 2025 fand auf dem Flugplatz Grambeker Heide in Mölln eine besondere Veranstaltung für die Kinder und Jugendlichen in der Nachsorge statt. Organisiert wurde das Event in Zusammenarbeit mit dem Aero Club von Lübeck, der nicht nur die Segelflugzeuge und Piloten, sondern auch viel Engagement zur Verfügung stellte, um einen unvergesslichen Tag zu ermöglichen.

Auf dem Programm stand eine Besichtigung der Flughallen, in der die Flugzeuge gezeigt und erklärt wurden, verschiedene Spiele sowie ein gemeinsames Buffet, das

Raum für Austausch und Erholung bot. Das absolute Highlight des Tages war jedoch die Möglichkeit, selbst als Co-Pilot in einem Segelflugzeug mitzufliegen.

Trotz leichtem Wind und gelegentlich bedecktem Himmel herrschte eine tolle Stimmung. Unterstützt wurde die Veranstaltung durch die tatkräftige Betreuung der Mitglieder des Aero Clubs und durch die Bereitschaft vieler Eltern, selbst am Flugerlebnis teilzunehmen.



Wanderrudern in Hamburg

Am Samstag, den 24. Mai konnten 16 Teilnehmende sich im Wanderrudern ausprobieren. Zum ersten Mal kamen im Hamburger Ruderclub *Favorite Hammonia* unsere Active Onko Kids und junge Erwachsene des UCCH (Universitäres Cancer Center Hamburg) zusammen, um den Tag bei bestem Wetter auf der Alster zu verbringen und neue Erfahrungen zu sammeln.

Trotz unterschiedlichen Niveaus in der Gruppe schafften es die Trainer des Ruderclubs eine passende Trainingseinheit für jeden zu finden. Während die Erfahreneren im Vierer- und Sechserboot eine Runde in Innen- und Außenalster drehten, konnten Neulinge sich im Einerboot direkt am Steg ausprobieren. Danach konnten im Krafraum die ersten Rennen am Ruderergometer ausgetragen werden.



Nach rund drei Stunden auf dem Wasser versammelte sich die gesamte Gruppe wieder im Clubhaus. Hier wartete ein vom Ruderclub vorbereitetes Buffet und ein vorgeheizter Grill. Bei kalten Getränken, leckerem Essen und angeregten Gesprächen konnte der Tag mit Traumausblick auf die Alster enden. Der Tag war ein voller Erfolg: Sportlich und

gemeinschaftlich. Es wurde sichtbar, wie viel Kraft im Miteinander steckt.

Unterstützt wurde der Tag von den Sporttherapeut:innen des UKE, Simon Elmers und Stella Störmann, die dank der finanziellen Unterstützung durch die Hamburger Fördergemeinschaft „Knack den Krebs“ gemeinsam mit dem Ruderclub diesen Schnuppertag auf die Beine stellen konnten.

Wir freuen uns schon im nächsten Jahr wieder einen tollen Tag auf der Alster zu verbringen.

Surfen auf Sylt



Am 21. und 22. Juni fand erstmals ein gemeinsames Aktionswochenende des NAOK Zentrum Nord und des Vereins Meer Leben e.V. auf Sylt statt – mit einem ganz besonderen Programmpunkt: Surfen in der Nordsee. Für insgesamt 6 Familien mit 9 Kindern und Jugendlichen bot das Wochenende eine Gelegenheit Neues auszuprobieren und in Bewegung zu kommen.

Das Wochenende startete bei bestem Sommerwetter: 25 Grad, strahlende Sonne und Mittsommernacht. In Rantum wartete bereits ein liebevoll vorbereitetes Surf-Camp auf die Teilnehmenden: Strandkörbe, Neoprenanzüge, Sonnenschutz, Surfbretter und vor allem ein herzliches Team aus Surftherapeut:innen von Meer Leben e.V. unter der Leitung von Florian Gränert. Begleitet wurde das Wochenende von den NAOK-Sporttherapeut:innen Gabriel Blüders (UKSH) und Stella Störmann (UKE).

Nach einer theoretischen Einführung zu Sicherheit, Wellenverhalten und Surfgrundlagen folgte der praktische Teil: gemeinsames Ankommen im Wasser, Aufwärmübungen im Sand und schließlich der Schritt aufs Brett. Unterstützt durch das erfahrene Team vor Ort gelang es vielen Teilnehmenden, erste Wellen zu nehmen – im Liegen, kniend und bei einigen sogar stehend.

Nach rund zwei intensiven Stunden im Wasser kehrte die Gruppe erschöpft zurück ins Standcamp. Die anschließende Feedbackrunde zeigte große Begeisterung – sowohl bei den Teilnehmenden als auch bei den begleitenden Therapeut:innen. Der Wunsch, auch im



kommenden Jahr gemeinsam aufs Wasser zu gehen war bei vielen spürbar.

Ein großer Dank gilt der Lübeck-Hilfe für krebskranke Kinder e.V., die das Wochenende finanziell möglich gemacht hat, sowie dem Team von Meer Leben e.V., das nicht nur das Surfen, sondern vor allem das Miteinander in den Mittelpunkt gestellt hat.

Surfen in Pelzerhaken



Am ersten Wochenende im Juli hieß es erneut „Auf die Plätze – fertig – ab ins Wasser! Zum wiederholten Mal konnte der Aktionstag Surfen in Neustadt/Pelzerhaken stattfinden – in diesem Jahr erstmalig an zwei aufeinanderfolgenden Tagen.

So konnten insgesamt acht Familien mit 26 Teilnehmerinnen und Teilnehmern das vielseitige Programm nutzen.

Zur Auswahl stand ein noch größeres Programm als schon in den Vorjahren. So hatten alle Teilnehmer die Auswahl zwischen Windsurfen, Stand-Up Paddeling und Optisekeln! Die Teilnehmer konnten nach eigenem Interesse schnuppern, ausprobieren und sich sportlich im Wasser austoben.

Am Samstag startete die Veranstaltung mit kräftigem Wind, zwischendurch zeigte sich aber auch mal die Sonne. Auch der Sonntag startete zunächst windig, ehe es zur Mittagspause ruhiger wurde. Neben dem sportlichen Teil stand auch die Gemeinschaft im Vordergrund. Ein besonderes Highlight war die gemeinsame Schatzsuche auf dem Mega-SUP, bei der Teamwork, Kreativität und jede Menge Spaß gefragt waren. Die gelungene Verpflegung vor Ort sorgte dafür, dass auch zwischen den Aktivitäten für das leibliche Wohl bestens gesorgt war.

Wir danken allen Familien für ihre Teilnahme und ihren Mut!

Segeln in Hamburg

Am 12. Juli fand zum fünften Mal der Aktionstag „Onkopiraten“ des Norddeutschen Regatta Vereins (NRV) auf der Hamburger Alster statt. Eingeladen waren Kinder mit ihren Familien aus dem Zentrum Nord des Netzwerk Active Onko Kids mit Erfahrungen aus der pädiatrischen Hämatologie und Onkologie (PHO). Ziel war es den jungen Teilnehmenden einen unbeschwerten Tag auf dem Wasser zu ermöglichen – mit Segelspaß, Teamgeist und vielen neuen Einblicken.



Nach einer freundlichen Begrüßung durch das Organisationsteam des NRV ging es in die praktische Vorbereitung: die Gruppen wurden auf die Boote verteilt – jeweils unter Anleitung von jugendlichen Seglern des Vereins, die als Skipper die Verantwortung an Board übernahmen. Begleitet wurde die Veranstaltung von Simon Elmers und Stella Störmann vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE), die als Sporttherapeut:innen mit vor Ort waren und die Boote ergänzten.

Am Vormittag konnten die Teilnehmenden nun erste Segelerfahrung sammeln und den grundlegenden Umgang mit Boot und Wind kennenlernen. Am Nachmittag stand dann eine kleine Regatta auf dem Programm, bei der die bunt gemischten Teams gegeneinander in drei Runden antraten. Die Platzierungen wechselten Rennen für Rennen –

und ohne klaren Sieger stand dann am Ende weniger der Wettbewerb im Mittelpunkt als vielmehr der gemeinsame Spaß und die Begeisterung fürs Segeln. Viele äußerten den Wunsch, auch in Zukunft wieder aufs Wasser zu gehen.



Kurz bevor der Regen einsetzte, kehrten alle mit guter Laune an Land zurück. Bei Kaffee und Kuchen konnte der Tag in entspannter Atmosphäre ausklingen. Dabei nutzen viele die Gelegenheit zum Austausch mit anderen Familien.

Ein großer Dank gilt dem NRV und allen ehrenamtlichen Beteiligten für die reibungslose Organisation und engagierte Betreuung. Der Tag war für die Familien weit mehr als ein Ausflug – er war ein besonderes Erlebnis, das Mut, Gemeinschaft und neue Perspektiven schenkte.

Und im nächsten Jahr setzen die „Onkopiraten“ wieder die Segel!

Powertag in Lübeck

Am 19.07. fand ein ganz neues Event in Lübeck statt. Im Wald in der Nähe des Naturschutzgebietes „Schellbruch“ durften 29 Kinder, Eltern und Buddies einen ganz besonderen Abenteuertag erleben. Im Wald aufgebaut war eine geräumige hölzerne Ritterburg, die anlässlich dieses Tages ihre Pforten für die Teilnehmer öffnete. Nach der feierlichen Eröffnung im Burghof ging es vor die Tore zu einer besonderen Gruppenaktion, dem „Spannungskreis“.



Alle in Summe ca. 40 Beteiligten hielten gemeinsam ein Seil in der Hand, lehnten sich mutig zurück und boten so genügend Halt für einen mutigen Ritter, der über das Seil balancierte.

Nach der Mutprobe ging es ins Innere der Burg. Darin beherbergt war ein Pizzeriaofen samt Mitbringbuffet, an denen man sich reichlich bedienen konnte. Auch fand man hier ein ruhiges, schattiges Plätzchen zum Ausruhen. Außerdem gab es die Möglichkeit, auf die Türme zu steigen und sich die Lage von oben anzusehen.



Draußen aufgebaut waren verschiedene Schauplätze zum Ausprobieren. Dazu gehörten Bogenschießen, Monkey-Tree-Klettern, ein Slacklineparcours, Jutebeutel bemalen, basteln und eigenes Kräutersalz herstellen. So war für Groß und Klein an alles gedacht!

Die Eltern konnten sich austauschen und so manchen Tipp und auch Sorge teilen, was zu einem schönen Gemeinschaftsgefühl beitrug. Durch die beeindruckende

Kulisse konnte so manches Paket leichter werden. Der Kreativität war durch die verschiedenen Möglichkeiten keine Grenzen gesetzt und die Kinder und Jugendlichen tollten bis zum Abend auf der Waldebene herum.



Nach vielen Stunden Abenteuer war die Zeit zum Aufbruch gekommen und die müden Ritter durften ermüdet und glücklich in ihre Unterkünfte zurückkehren.

Wir danken dem gesamten Team von EXEO für die tatkräftige Unterstützung und vor allem der Lübeckhilfe für krebskranke Kinder e.V. für die großzügige finanzielle Hilfe.

4. Weitere Informationen

Schaut auch gern auf der [Homepage](#) unseres Netzwerks ActiveOncoKids vorbei. Ihr findet uns außerdem auch Instagram und Facebook!

