

# Rudern bei Krebs

Ruderkurs für Betroffene einer Krebserkrankung  
und Angehörige auf dem Baldeneysee in Essen

1.

Erstgespräch und  
Anamnese  
(Sporttherapie  
WTZ Essen)

2.

Individuelle  
Klärung von  
Besonderheiten

3.

Zwei Schnupper-  
termine am ETUF  
Essen

4.

Weitere acht  
Doppelstunden  
und jede Menge  
Spaß



**Wir freuen uns auf Eure Anmeldungen!**

## Weitere Infos

Gemeinsam Rudern macht Spaß, fördert die Fitness und führt zu bewegten Momenten in der Natur. Gerudert wird in einem festen 4er Team, Vorkenntnisse nicht erforderlich, Schwimmfähigkeit ist Voraussetzung.

Beginn April 2023, jeden zweiten Montag 17 – 19 Uhr, Eigenanteil 100€ p.P.