

Wir sind Gut.drauf!

Wir sind eine unternehmungslustige und aktive Gruppe von Frauen und Männern aus dem Ruhrgebiet. Wir haben entweder selbst eine Krebserkrankung überstanden oder sind Angehörige von Krebsbetroffenen.

Wir wollen uns vom Krebs nicht unterkriegen lassen, sondern unsere Genesung und unser Wohlbefinden durch sportliche Aktivitäten fördern.

Wir bewegen uns in der Natur während und nach den Krebstherapien. Wir tauschen uns aus, teilen Erfahrungen mit anderen Menschen und gehen gemeinsam diesen Weg.

Wir laden dich herzlich ein, uns kennenzulernen!

Gut  drauf!
Sport und Krebs

Gut  drauf!
Sport und Krebs



Wandern - Walken - Weiteres

Walken durch die Gruga
Jeden Dienstag ab 18.30 Uhr
Treffpunkt: Eingang Orangerie



Wandern durch die Natur
Jeden 3. Sonntag im Monat
Gemeinsam das Ruhrgebiet von seinen
schönsten Seiten entdecken.

... und noch mehr!



Gut.drauf!

Die aktive
Selbsthilfegruppe
für Krebsbetroffene

Gefördert von:

SELBSTHILFEFÖRDERUNG

GKV - RW

@ gutdrauf@sport-und-krebs.de

gutdrauf-sport-und-krebs.de

sport-und-krebs.de

Bei uns bist du richtig, wenn du...

- eine Krebserkrankung hast oder hattest
- Angehörige/r oder Freund bist
- Gleichgesinnte kennenlernen möchtest
- Freude an Bewegung & Sport hast
- gute Gespräche suchst
- deine Lebensqualität verbessern willst

... mit uns einfach Gut.drauf! sein willst!

Keiner geht den Weg allein!

Verstanden zu werden, tut einfach gut.
Wir unterstützen und stärken uns
gegenseitig und genießen das
Beisammensein während unserer

Walking- & Wandertouren.

Lust, uns kennenzulernen?

Wir laden dich herzlich ein, an unseren
vielfältigen Aktivitäten teilzunehmen.

Kontakt & Infos:

gutdrauf@sport-und-krebs.de

GUT.DRAUF! BEWEGUNG & BEGEGNUNG

Weitere Impressionen,
Aktivitäten & Termine.



Gut.drauf! - unterwegs!