

# Walking- STUDIE



Wir gehen weiter!

*Eine Studie über die Effekte unterschiedlicher ausdauerbasierter Bewegungsprogramme auf die Lebensqualität von Brustkrebspatientinnen unter laufender Chemo- und/oder Strahlentherapie.*

BEI INTERESSE UND FÜR  
WEITERE INFORMATIONEN  
MELDEN SIE SICH GERNE  
UNVERBINDLICH BEI  
YVES STEININGER  
(STUDIENKOORDINATOR)

☎ 0173 437 30 10

✉ [WALKING-STUDIE@CHARITE.DE](mailto:WALKING-STUDIE@CHARITE.DE)

**DIE TEILNAHME  
IST KOSTENLOS**

 **CHARITÉ**  
UNIVERSITÄTSMEDIZIN BERLIN



„ ES TUT GUT FRAUEN KENNEN ZU LERNEN,  
DIE IN DERSELBEN SITUATION SIND WIE ICH.

# Liebe Frauen,

„ MIT DEM TRAINING  
HABE ICH MIR SELBST  
ETWAS GUTES GETAN.

*Mit der Walking-Studie wollen wir Ihnen und zukünftigen Patientinnen helfen, die Lebensqualität während einer onkologischen Therapie zu erhalten bzw. zu verbessern.*

## WAS GENAU FINDET IM RAHMEN DER STUDIE STATT?

*Es handelt sich um ein 12-wöchiges Bewegungs-Programm in Form von Walking, wobei wir einmal die Woche gemeinsam als Gruppe mit den anderen Teilnehmerinnen draußen im Volkspark Friedrichshain in der Natur trainieren. Dafür benötigen Sie wetterfeste Kleidung sowie Turnschuhe. Zweimal die Woche findet das Training eigenständig statt. Der Umfang der Trainingseinheiten beträgt je 60 Minuten und das Gehtempo wird individuell angepasst.*

*Vielen Dank für Ihr Interesse und für Ihre Unterstützung. Wir freuen uns.*

„ KEINE PROBLEMGRUPPE,  
SONDERN EINE TUT-GUT-GRUPPE.