



AKTIV

GEGEN BRUSTKREBS
E.V.

Published on *aktivgegenbrustkrebs.de* (<http://aktivgegenbrustkrebs.org>)

[Startseite](#) > Dr. Baumann präsentierte eindrucksvoll "Die Macht der Bewegung"

[Dr. Baumann präsentierte eindrucksvoll "Die Macht der Bewegung"](#) ^[1]



Zwei Semester im Schnelldurchgang mit Privatdozent Dr. med. Freerk Baumann - und das noch allgemein verständlich und sehr informativ: Der Sportwissenschaftler an der Deutschen Sporthochschule Köln präsentierte am Dienstag (25. Oktober 2016) im Veranstaltungsraum des Kunstmuseums Bochum in seinem einstündigen Vortrag "Die Macht der Bewegung?" den rund 120 Besucherinnen und Besuchern, wie wichtig zielgerichtetes und auf den Einzelnen abgestimmtes körperliches Training für die Gesundheit und die Verbesserung des Behandlungsverlaufs bei einer Krebserkrankung ist. Der Bochumer Verein "Aktiv gegen Brustkrebs?" und das Brustzentrum Augusta Bochum hatten anlässlich des Brustkrebsmonats Oktober zu

dieser öffentlichen Veranstaltung unter dem Titel ?Die Macht der Bewegung? ins Museum eingeladen.

?Mütze auf und raus? - unter diesem Motto berichtete Brustkrebspatientin Ariane Kukula-Schmidt von ihren eigenen Erfahrungen - eine erfrische Aufforderung an alle, den inneren Schweinehund zu überwinden und für sich etwas durch körperliche Aktivitäten zu tun.

Das konnte anschließend direkt praktisch umgesetzt werden: Dipl.-Sportlehrerin Martina Ries brachte eine Viertelstunde lang Bewegung ins Publikum - gut für Körper und Geist an diesem anspruchsvollen Nachmittag.

Dieser endete mit dem Vortrag von Privatdozentin Dr. med. Gabriele Bonatz, Chefärztin des Brustzentrums Augusta Bochum, über ?Wie die Komplementärmedizin die Brustkrebsbehandlung ergänzen kann?. Ein Teil der sogenannten Komplementärmedizin war sowieso Hauptthema des Nachmittags: Sport und Bewegung nämlich. Ernährung und Stressbewältigung sind weitere Aspekte. In dem Vortrag wurde auch der Unterschied der Alternativ- zur Komplementärmedizin deutlich.

Nach den Vorträgen, moderiert von Pressesprecher Werner Conrad vom Verein ?Aktiv gegen Brustkrebs? hieß es dann ?Meet the expert? - an Bistrotischen standen die Referenten in kleinen Runden den Besucherinnen und Besuchern Rede und Antwort. Und auch an den zahlreichen Aussteller-Ständen aus dem Gesundheitsbereich gab es zahlreiche und lebendige Gespräche.

Mehr Fotos auf unserer [Facebook-Seite](#)

[2]

Informationen

[Verein](#) [Impressum](#) [Datenschutz](#) [Kontakt](#)

Quell-URL: <http://aktivgegenbrustkrebs.org/dr-baumann-praesentier-te-eindrucksvoll-die-macht-der-bewegung-0>

Links:

[1] <http://aktivgegenbrustkrebs.org/dr-baumann-praesentier-te-eindrucksvoll-die-macht-der-bewegung-0>

[2] <https://www.facebook.com/AktivGegenBrustkrebsEv/>