

# Paddeln gegen Brustkrebs

Jetzt auch am Blaustein-See!



Betroffene aus der Umgebung bekommen bei uns die Möglichkeit, diesen tollen Sport mit den positiven Nebenwirkungen am Blaustein-See kennenzulernen.

Die Auswirkungen der Brustkrebs-Behandlungen werden durch das Paddeln gemildert und die Gefahr von Lymphödem-Bildung wird reduziert!

Zudem gibt es unter anderem:

- ✓ Eine tolle Gemeinschaft
- ✓ Spaß im Team mit Gleichgesinnten
- ✓ Zusätzliche Lebensfreude und Energie
- ✓ Aktivität im Freien

Man stärkt dadurch auch das Immunsystem und bekommt den Kopf wieder etwas freier.



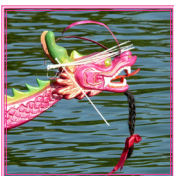
Mit freundlicher Unterstützung und Empfehlung des Brustkrebszentrums im Krankenhaus Düren!



# Gemeinsam stark im Team

Bereits 1996 hat der kanadische Sportmediziner Dr. Don McKenzie in einer Studie belegt, welche erstaunliche Wirkung das Paddeln im Drachenboot für Brustkrebspatientinnen hat.

Neben einigen positiven Auswirkungen auf die Seele, den Körper und insbesondere den Lymphabfluss, stehen natürlich der Spaß und der Teamspirit beim **Pink Paddling** ganz oben!



Die Aktion „**Paddeln gegen Brustkrebs**“ wird in sehr vielen Ländern wie Kanada, Australien, Amerika, Neuseeland, der Tschechei sowie Italien unter dem Namen „**breaststokers**“ sehr aktiv betrieben und dort aufgrund der Studie von Dr. McKenzie von allen Seiten voll unterstützt.

Und zwar mit dem Hintergrund, dass Betroffene, die Brustkrebs haben oder gehabt haben und aktiv in der Gemeinschaft Drachenboot fahren, nicht mehr so oft nur an ihre Krankheit denken, sondern auch wieder eine positive Einstellung zum Leben erfahren.

**Steig zu uns in´s Boot und überzeuge dich selbst!**

## Kontakt:

[www.drachenboot-dueren.de](http://www.drachenboot-dueren.de)

[pink-paddler@drachenboot-dueren.de](mailto:pink-paddler@drachenboot-dueren.de)

Facebook + Instagram .../Pink.Paddler.Dueren