



# Tanzen

FÜR PATIENTINNEN  
UND PATIENTEN  
MIT KREBS

*»Tanzen ist ein Telegramm an die Erde  
mit der Bitte um Aufhebung  
der Schwerkraft«*

*Fred Astaire*





**Stiftung  
Perspektiven**



*Alice Reimer*  
**STIFTUNG**

In Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft Prävention und Integrative Onkologie der Deutschen Krebsgesellschaft

*von Walzer bis Jive,  
von Quickstep bis Samba*

### **Veranstaltungsort**

Nachbarschaftshaus am Lietzensee e.V.  
Herbartstraße 25, 14057 Berlin

*Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln: Ringbahn  
und M49 bis ICC Nord*

### **Uhrzeit**

im Mai und Juni 2016 jeden Freitag oder 14.30 Uhr,  
ab Juli jeden Mittwoch ab 17.00 Uhr und 18.30 Uhr

**Mitmachen** kann jeder, der nicht zwei linke Füße hat  
und möglichst seinen Partner mitbringt

Der Kurs ist auch für Teilnehmer mit verminderter  
körperlicher Belastbarkeit geeignet.

### **Die Teilnahme ist kostenfrei!**

*Teilnehmer werden in der Reihenfolge der Anmeldung  
berücksichtigt*

Rückfragen und Anmeldungen:

per E-Mail an: [tanzen-perspektiven@web.de](mailto:tanzen-perspektiven@web.de)

per Telefon: 0179 5419478 (Di 11–12 Uhr, Mi 14–15 Uhr)

per Post: siehe nächste Seite

Verantwortlich für:

die Trainingsgestaltung **Tobias Wozniak**

die sportwissenschaftliche Begleitung: **Dr. Ivonne Rudolph**

das Gesamtprojekt: **PD Dr. Jutta Hübner**

# Anmeldung

Bitte senden an: Tobias Wozniak  
Vorbergstraße 7  
10823 Berlin

oder per E-Mail an: [tanzen-perspektiven@web.de](mailto:tanzen-perspektiven@web.de)

---

Vorname/Name

---

Geburtsjahr

---

Straße

---

PLZ/Ort

---

E-Mail

---

Telefon

**Hiermit melde ich mich verbindlich an.**

Ich bin: \_\_\_\_\_ Beginner    \_\_\_\_\_ Fortgeschrittene

**Ich bringe meinen Partner/meine Partnerin mit.**

**Ich suche einen Partner/eine Partnerin für den Kurs.**



Bitte hier abtrennen.

---

Datum/Unterschrift

# Wir danken unseren Partnern



**Selbsthilfe  
Leukämie  
Berlin**



## **Tanz** verbindet Körper, Seele und Geist und hilft, den Umgang mit der Krankheit zu verändern.

- Körper**
- erhöht die körperliche Leistungsfähigkeit
  - kann an die individuellen Fähigkeiten angepasst werden
  - ist gemeinsame Bewegung zweier Menschen
- Seele**
- macht Spaß und vermittelt ein positives Lebensgefühl
  - hilft, für einen Moment die Krankheitssituation und -bedrohung zu vergessen
  - verändert die Wahrnehmung des eigenen Körpers
  - ist eine Form der Begegnung, des Sich-Aufeinander-Einlassens
  - stellt eine Beziehung zum Partner her
- Geist**
- ist intensives Erleben des Augenblicks
  - gemeinsam mit andere Menschen
  - fördert Konzentration und Gedächtnis
  - koordiniert Denken und Bewegen