THÜRINGISCHE
KREBSGESELLSCHAFT E.V.
Gemeinsam gegen Krebs

Pressemitteilung

Bewegung für die Gesundheit:
Der 3. Thüringer Krebslauf "run & walk" am 04.11.2023 in Jena

Jena, 30.10.2023 Prävention ist der Schlüssel zur Gesundheit – das wissen die meisten Menschen. Dennoch ist es das Anliegen der Thüringischen Krebsgesellschaft e.V. immer wieder zu betonen, dass ungefähr 37 Prozent aller Krebserkrankungen auf Risikofaktoren zurückzuführen sind, die vermieden werden könnten. Dazu zählt auch mangelnde Bewegung.

Die Thüringische Krebsgesellschaft e.V. setzt mit dem 3. Thüringer Krebslauf „run & walk“ auch in diesem Jahr wieder ein Zeichen für die Krebsprävention durch Bewegung. Der diesjährige Schirmherr ist der Oberbürgermeister der Stadt Jena, Dr. Thomas Nitzsche. Als sportlicher Botschafter konnte Olympia-Silbermedaillengewinner Jonathan Hilbert gewonnen werden.

Alle Thüringerinnen und Thüringer sind aufgerufen, beim Präsenzlauf am 4. November 2023 oder in der vorausgehenden individuellen Bewegungswoche Kilometer zu sammeln. In dieser Zeit können Teilnehmende ganz nach ihrem eigenen Rhythmus und unabhängig von Alter, Geschlecht oder Fitness aktiv werden. Jeder gelaufene Schritt, jeder Joggingkilometer, jeder Spaziergang zählen und können auf der Veranstaltungswebsite registriert werden. Sportlicher Höhepunkt ist der abschließende Präsenzlauf im Stadion in Jena Lobeda-West. Wer möchte, kann seine Runde gemeinsam mit dem Olympioniken Jonathan Hilbert drehen. „Sport kann helfen, negativen Stress abzubauen und uns ins Gleichgewicht bringen. Einen besonderen Boost erhalten all die positiven Dinge noch zusätzlich, wenn man Sport in der Natur treibt, am besten zusammen mit Freunden. Sport hält gesund, Sport verbindet.“, so der Medaillengewinner. Diese Worte sind nicht nur für Sportlerinnen und Sportler von Bedeutung, sondern treffen auch für an Krebs Erkrankte, deren Angehörige sowie alle anderen Menschen zu.

In Thüringen erhalten täglich ungefähr 40 Menschen die Diagnose Krebs, was bedeutet, dass in unserem Freistaat jährlich ca. 15.000 Neuerkrankungen zu verzeichnen sind. „Wir stehen seit über 30 Jahren Menschen mit einer Krebserkrankung und deren Angehörigen in ganz Thüringen zur Seite. Mittlerweile sind wir in fünf Beratungsstellen aktiv. Im Rahmen unserer ambulanten Krebsberatung beraten und begleiten wir Betroffene und ihre Angehörigen zu jeder Zeit“, so Astrid Heßmer, Geschäftsführerin der Thüringischen Krebsgesellschaft e.V. „Mit vielfältigen Projekten liegt uns die Krebsprävention ebenfalls besonders am Herzen.“

Der Thüringer Krebslauf geht 2023 bereits in die dritte Runde. Während im letzten Jahr insgesamt fast 14.000 Kilometer von den 799 Teilnehmenden zurückgelegt wurden – dies entspricht einer Strecke von Jena nach Kapstadt – erwartet der gemeinnützige Verein in diesem Jahr eine noch höhere Beteiligung. Bis zum 3. November 2023 haben alle Interessierte noch die Möglichkeit, sich online anzumelden. Neben der Einzelanmeldung sind auch Teamanmeldungen von Vereinen, Schulen, Privatpersonen oder Unternehmen willkommen. Kurzentschlossene können sich auch am 4. November 2023 für den Präsenzlauf vor Ort – im Stadion Lobeda-West, Alfred-Diener-Straße 2 in 07747 Jena – registrieren und erhalten dort ihre Startnummer und ihr Laufshirt.

Neben den Bewegungszeiten auf der 400 Meter-Bahn oder der 5 Kilometer-Runde ist ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm mit verschiedenen Verpflegungsständen, Hüpfburg, einem Kuchenbasar und einer Tombola geplant.

Thüringische Krebsgesellschaft e.V., Am Alten Güterbahnhof 5, 07743 Jena
Tel.: 03641/336986, E-Mail: info@thueringische-krebsgesellschaft.de
Vorstandsvorsitzender: Prof. Dr. med. Andreas Hochhaus, Geschäftsführerin: Astrid Heßmer, AG Jena: VR 231 326

Die Thüringische Krebsgesellschaft e.V. freut sich, in diesem Jahr starke Partnerinnen und Partner an ihrer Seite zu haben und möchte schon jetzt für die großartige Unterstützung danken.

Machen Sie mit und helfen Sie uns dabei, so viele Kilometer wie möglich zu sammeln, um die wichtige Arbeit der Thüringischen Krebsgesellschaft e.V. zu unterstützen und gleichzeitig etwas Gutes für Ihre eigene Gesundheit zu tun. Jeder Meter zählt!

Abbildungen:

„du bist kostbar“ ist eines der Präventionsprojekte der Thüringischen Krebsgesellschaft e.V.

Erfolgreich: Beim 2. Thüringer Krebslauf 2022 bewegten sich 799 Menschen im Alter von 1 bis 85 Jahren. Sie nahmen entweder individuell in der Bewegungswoche oder am Präsenzlauf in Jena teil.

Thüringische Krebsgesellschaft e.V., Am Alten Güterbahnhof 5, 07743 Jena
Tel.: 03641/336986, E-Mail: info@thueringische-krebsgesellschaft.de
Vorstandsvorsitzender: Prof. Dr. med. Andreas Hochhaus, Geschäftsführerin: Astrid Heßmer, AG Jena: VR 231 326

THÜRINGISCHE
KREBSGESELLSCHAFT E.V.
Gemeinsam gegen Krebs

Kontakt für Presse-Rückfragen:

Astrid Heßmer, Geschäftsführerin, Am Alten Güterbahnhof 5, 07743 Jena
Telefon: 03641 - 33 69 86, mobil: 0172 - 45 46 478, hessmer@thueringische-krebsgesellschaft.de

Die Thüringische Krebsgesellschaft e.V.

Die Thüringische Krebsgesellschaft e.V. als gemeinnütziger Verein setzt sich seit über 30 Jahren für die Verbesserung der Versorgung von Krebserkrankten in ganz Thüringen sowie für die Aufklärung rund um das Thema Krebs ein. Getragen werden wir durch Mitgliedsbeiträge, Spenden, Förderungen und freiwillige Zuwendungen. Als Landeskrebsgesellschaft sind wir Mitglied der Deutschen Krebsgesellschaft e.V. mit Sitz in Berlin. In unseren fünf Beratungsstellen in Thüringen unterstützen wir Patientinnen und Patienten sowie Angehörige niederschwellig und kostenfrei bei psychosozialen und psychoonkologischen Fragen und Problemen. Ergänzend zu unseren Beratungsleistungen bieten wir ein umfangreiches Kurs- und Veranstaltungsprogramm für Krebserkrankte, Angehörige und Interessierte an. Weitere Schwerpunkte sind die Präventionsarbeit sowie die Unterstützung von wissenschaftlichen Forschungsprojekten. Nähere Informationen finden Sie unter www.thueringische-krebsgesellschaft.de.