

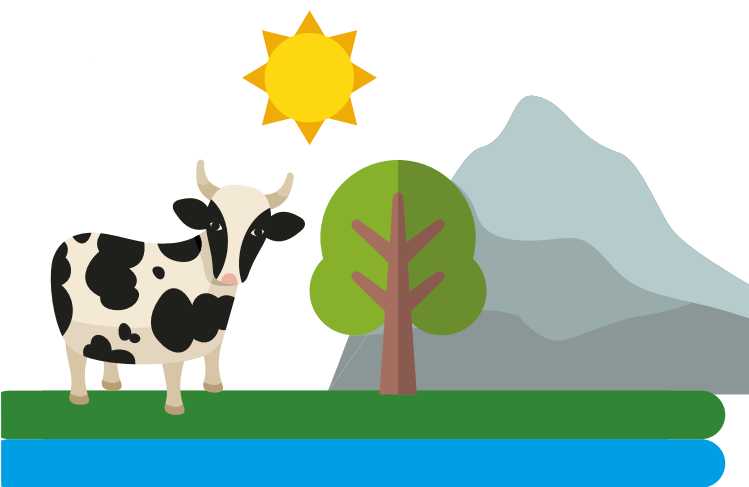
OAC

OUTDOOR AGAINST CANCER



**Ein Aktiv-Programm
zum Gesundwerden
und Gesundbleiben.**

Für Krebspatienten, für gesunde Familien,
für aufgeweckte Kinder, für Dich!



**#STAYFIT
GETHEALTHY**



SPORTKURSE UND FREIZEIT-AKTIVITÄTEN IN GEMISCHTEN GRUPPEN!

WAS IST OUTDOOR AGAINST CANCER?

- OaC ist eine gemeinnützige Organisation mit Sitz in München, die seit Juli 2015 Outdoor- und Sport-Aktivitäten für Krebspatienten und deren Freunde & Familien anbietet. Sie wurde von Petra Thaller während ihrer eigenen Chemo gegründet.
- OaC ist kein Reha-Sport, sondern ein aktives Programm zum Erreichen und Bewahren der körperlichen & geistigen Gesundheit. Wir vereinen damit Prävention, Therapiebegleitung und Rekonvaleszenz (Wiedererlangung der Leistungsfähigkeit)!
- Über 2.000 Studien weltweit belegen die positive Wirkung von Outdoor- und Sport-Aktivitäten bei einer Krebserkrankung. OaC ist ein europaweites, einzigartiges Projekt, dass diese Studien in den normalen Alltag integriert. Mit regelmäßigen Outdoor-Sportkursen!
- OUTDOOR bedeutet zum einen, dass die meisten Trainings in der freien Natur stattfinden, aber ebenso, dass die Patienten raus gehen müssen „aus der eigenen Tür“.
- Krebspatienten und Gesunde trainieren ganz selbstverständlich miteinander. Das fördert Wissen und Aufklärung.
- Wir erweitern stetig unser Kursangebot. Aktuell finden in München mehrmals wöchentlich Kraft- und Ausdauertraining, Pilates, OaC-Spaziergänge, OaC-Gespräche im Gehen/Laufen statt. Außerdem organisieren wir Tagesausflüge ans Wasser, in die Berge oder zu Alpakas (nicht nur für Kinder ☺).
- Alle Details zu Sportkursen und Ausflügen unter: www.outdooragainstcancer.com

**Teamfoto von
OaC-Aktiven,
die im Juli 2017
als Staffel am
Großglockner
Berglauf teilge-
nommen haben.
Läuft bei uns!**



FÜR KREBSPATIENTEN & GESUNDE

ANGEBOTE IM NAMEN VON OaC

- Mittlerweile bieten auch Partner von OaC spezielle Kurse an, nachdem sie an der TU München als OaC-Trainer ausgebildet werden.
- Bei der DAV Sektion München Oberland gibt es derzeit 15 zertifizierte Fachübungsleiter, die seit Sommer 2017 OaC-Bergsportkurse durchführen.
- Kooperation mit den Naturfreunden Österreich und weitere Partnerangebote befinden sich aktuell im Aufbau.

OaC -REISEN UND -VERANSTALTUNGEN

- Wir kooperieren mit ausgewählten Urlaubsregionen, die einen besonderen Wert auf Nachhaltigkeit, Regionalität und natürlich Aktivität legen. Gemeinsam mit dort ansässigen Trainern und Sportmedizinern erarbeiten wir Angebote für die ganze Familie – zum Gesundbleiben und Gesundwerden. Natürlich freiwillig und ganz ohne Krankenhaus-Charme! 😊
- LET'S ROCK CANCER! ist unser 24 Stunden Event, mit Vorträgen, Workshops und gutem Essen – natürlich alles draußen!

OaC ZUM NACHLESEN

Sachbuch zu Outdoor against Cancer, gemeinsam mit der TUM, Erscheinungstermin Sommer 2018, Autoren: Petra Thaller, Dr. Thorsten Schulz, Verlag: Kailash/Random House

**Zeitschrift
„Geh Raus!“**
3 x jährlich,
Erstveröffentlichung
Oktober 2017,
Vertrieb: Kliniken,
Onkologische Praxen,
Handelspartner,
uvm.





#STAYFIT
GETHEALTHY

Informier' dich auf unserer Website
über die aktuellen Kurse:

www.outdooragainstcancer.com

Deine Stadt ist noch nicht dabei?
Kein Problem! Melde dich bei uns
und mach' bei unserer Community-
Erhebung mit. Danach richten wir
unser Angebot.

WILLST DU **OAC** IN DEINE STADT BRINGEN?

- Als OaC-Trainer, Sportmediziner, Tourismusamt oder Veranstalter kannst du Teil des OaC Netzwerks werden.
- Wir helfen Dir beim Aufbau und der Umsetzung und vor allem mit den geeigneten Partnern.

KONTAKT

OAC

Leitung Marketing, Public Relations, Kooperationen

Monika Ludwig | mr@outdooragainstcancer.com

T. +49 176 85313966

Wissenschaftlicher Berater

Dr. Thorsten Schulz (Sportbiologe)

Technische Universität München

Fakultät für Sport- und Gesundheitswissenschaften

Telefon +49 89 28924574

thorsten.schulz@tum.de

Founder Petra Thaller

Prinzregentenstraße 97 | 81677 München

Telefon +49 89 41109471

info@outdooragainstcancer.com