

WAZ verlost Teilnahme am Lauf gegen Brustkrebs

Siebte Auflage findet am Sonntag, 23. April, statt. Zu gewinnen gibt es zusätzlich ein Training

Von Johannes Pusch

Bochum läuft – Aktiv gegen Brustkrebs: Unter diesem Motto findet in diesem Jahr bereits zum siebten Mal eine Laufveranstaltung statt. Am Sonntag, 23. April, ist es wieder soweit. Dann geht es für die Läufer durch den Stadtpark. Unsere Redaktion verlost für zehn Leser die Teilnahme an dem Lauf sowie an einem Trainingskurs.

Dr. Gabriele Bonatz gehört zu den Initiatoren des Vereins „Aktiv gegen Brustkrebs“ und somit des Brustkrebslaufs, an dem im vergangenen Jahr 1085 Menschen teilgenommen haben. Die Leiterin der Frauenklinik und des Brustzentrums der Au-

WAZ
Revier Mein
MEIN ABO LOHNT SICH!

gusta-Kranken-Anstalt sagt: „Ausdauersport ist wichtig für die Prophylaxe.“ Und nicht nur dafür. Auch der Heilungsprozess könne durch Bewegung an der frischen Luft verbessert werden. „Zudem wird damit auch die Wiederauftretenswahrscheinlichkeit gesenkt“, sagt Bonatz. Der Verein „Aktiv gegen Brustkrebs“ möchte mit dem Brustkrebslauf auf genau diese positiven Eigen-



Lauf gegen Brustkrebs aus dem Jahr 2014.

FOTO: INGO OTTO

schaften von Ausdauersport aufmerksam machen.

Die WAZ Bochum verlost in diesem Jahr für insgesamt zehn Leserinnen

und Leser die Teilnahme an dem Lauf am 23. April. Die Gewinner können zudem kostenfrei an einem Vorbereitungstraining teilnehmen: An vier Terminen lädt Kursleiterin Susanne Breddemann zum sogenannten Breathwalk. Dieser soll unter anderem das Stressempfinden vermindern und die physische, emotionale und geistige Fitness steigern. Die vier Termine sind jeweils samstags von 11.30 bis 12.30 Uhr am 11.3., 18.3., 25.3. sowie 1.4. Treffpunkt ist jeweils am Spielplatz im Stadtpark, Eingang Gudrunstraße.

i Um an der Verlosung teilzunehmen, schicken Sie bitte eine E-Mail an: redaktion.bochum@waz.de