



## Das Leben erFAHREN 2024

Radausflüge mit oder nach Krebserkrankung

1x monatlich von März - September

Treffpunkt (Bahnhof) Linz

Bewegung und frische Luft tun gut! Nach einer Anreise mit dem Zug wollen wir gemeinsam pedalieren. Bei einem gemeinsamen Mittagessen wollen wir uns stärken. Die Strecke beträgt jeweils +/- 60 km. Die Route ist so gewählt, dass im Bedarfsfall die Bahn zur vorzeitigen Rückreise erreicht werden kann. E-Bike von Vorteil.

**Zielgruppe:** Personen, die an Krebs erkrankt sind oder waren sowie ihre Angehörigen

**Anmeldung:** bis spätestens fünf Tage vor der Tour erforderlich

### Vortrag: Bewegung wirkt wie ein Medikament

Physiotherapeut Peter Bergsmann, MSc OMT und Univ.-Doz. Dr. Ansgar Weltermann

Mi, 6.3.2024 um 18:00 Uhr

Gesundheitspark Barmherzige Schwestern Linz

### Frühling auf der Haager Lies

Mi, 20.3.2024

### Frühling östlich von Linz

Di, 9.4.2024

### Städte am Inn: Passau und Schärding

Fr, 28.6.2024

### Eferdinger Becken und Trauntal

Mi, 17.7.2024

### Südböhmen

Di, 20.8.2024

### Südlich von Linz

Di, 10.9.2024

Anmeldung per Mail an [lebenserfahrung@killian.bike](mailto:lebenserfahrung@killian.bike). Weitere Informationen und die genaue Beschreibung der jeweiligen Tour erfolgen zeitnah auf meiner Homepage <http://tinyurl.com/mr24m5bn> Änderungen vorbehalten.

Auf schöne Radausflüge in netter Gesellschaft freut sich

Radbegleiterin Michaela Killian

[lebenserfahrung@killian.bike](mailto:lebenserfahrung@killian.bike)

+43 699/81967452

(Stand 22.7.2024)