

Rudern gegen Krebs

Top-Athleten von vier Rudervereinen trainieren die Teilnehmer der Benefizregatta "Rudern gegen Krebs".

Bad Homburg fm). Am 24. Juni heißt es wieder für die Teilnehmer der Benefizregatta "Rudern gegen Krebs" in Mainz auf dem Rhein "Achtung - los". Jeden Abend trainieren die rund 220 Teilnehmer mit bis zu vier Mannschaften in Vierern mit aktiven Ruderern des Mainzer Rudervereins für die Wettkämpfe. Zu den Aktiven zählen auch die Ruder-Welt- und -Vize-Weltmeister des Vereins.

Benefizregatta in vier Städten

"Rudern gegen Krebs" ist eine Benefizregatta zur Förderung eines speziellen sportmedizinischen Programms für Patienten mit fortgeschrittenen Krebserkrankungen. In Mainz findet sie bereits zum dritten Mal statt, zum ersten Mal in diesem Jahr gibt es auch Regatten in Dresden, Starnberg und Berlin mit dem gleichen Ziel.

Jeder kann mitmachen

"Teilnehmen kann jeder, der etwas für den guten Zweck tun möchte und das Rudern gerne mal ausprobieren möchte", erläutert die Initiatorin der Veranstaltung Prof. Dr. Elke Jäger vom Krankenhaus Nordwest in Frankfurt. "So gilt es beispielsweise fast dem gesamten Teilnehmerfeld vor der Veranstaltung noch das Rudern beizubringen. Hierfür werden wir freundlicherweise von erfahrenen Ruderern des Mainzer Rudervereins, der Frankfurter Rudergesellschaft Germania und anderen Rudervereinen aus dem Rhein-Main Gebiet unterstützt.

Faszination des Ruderns

"Die Faszination des Ruderns anderen Menschen näher zu bringen und gleichzeitig auch noch den guten Zweck, die Stiftung ‚Leben mit Krebs‘ zu unterstützen, sind für uns Gründe genug um uns zu engagieren", erklärt Sebastian Schmidt, Ruder-Weltmeister von 2004 und 2006, stellvertretend für die Trainermannschaft.

Jedes Jahr erkranken allein in Deutschland rund 400.000 Menschen neu an Krebs, über 200.000 Menschen sterben jährlich aufgrund einer Krebserkrankung. In fortgeschrittenen Krankheitsstadien sind medikamentöse Therapieformen nötig um die Erkrankungen zu kontrollieren. Belastungen entstehen sehr häufig durch die Symptome der Krankheit selbst und durch die Nebenwirkungen der Krebsbehandlung.

Moderates Ausdauertraining steigert körperliche Leistungsfähigkeit

Die bisherigen Erfahrungen mit Sport bei Krebs zeigen, dass ein moderates Ausdauertraining sehr wirksam die körperliche Leistungsfähigkeit steigern kann, auch bei Patienten mit fortgeschrittenen Krankheitsstadien. Parallel kommt es zu einer besseren Verträglichkeit der Therapie und zu einer aktiveren Position im Kampf gegen die Krankheit, wodurch eine positive Beeinflussung des Krankheitsverlaufes und eine gesteigerte Lebensqualität resultieren.