



fitforlife

FIT FOR LIFE VERANSTALTUNG MIT SCHULSPORT-/FITNESSBERATUNG

BERLIN, 25.06.2022
CHARITÉ – UNIVERSITÄTSMEDIZIN



**Umfassendes
Hygienekonzept**

Ihre Anmeldung für *Fit for Life* erfolgt über Ihr Hämophilie-Zentrum.

Fit for Life wurde von Hämophilie-Experten vor über 20 Jahren ins Leben gerufen und seitdem erfolgreich weiterentwickelt. Über 200 Kinder und Jugendliche haben seitdem am Programm teilgenommen.

Das Programm bietet Hämophilen die Möglichkeit zur Durchführung eines 5-Stationen-Fitness-Checks sowie eine individuelle, computergestützte Beratung durch Experten zur geeigneten Auswahl und Durchführung sportlicher Aktivitäten. Schulpflichtige Kinder erhalten auf Wunsch eine individuelle Beratung zur Teilnahme am Schulsport. Die Empfehlungen sind auch per App verfügbar, um sie unmittelbar mit dem Sportlehrer besprechen zu können. Jugendlichen ab 16 Jahren steht zusätzlich die neue *Fit for Life* „Fitness-App“ zur Verfügung, die ein individuell angepasstes (sicheres und effektives) Training im Fitnessstudio unterstützen soll.

Charité – Universitätsmedizin Berlin
Dr. med. Susanne Holzhauer MSc
Klinik für Pädiatrie mit Schwerpunkt Onkologie und Hämatologie
Gerinnungszentrum
Augustenburger Platz 1 • 13353 Berlin • Telefon: 030 450666215


Institut für Prävention und Nachsorge



Takeda Pharma Vertrieb GmbH & Co. KG
Potsdamer Str. 125
10783 Berlin
www.takeda.de

EXA/DE/HG/0189_05.2022