



## Fachklinik für Onkologie Anschlussrehabilitation (AHB) und Rehabilitation

- Unsere Behandlungsschwerpunkte:
- Brustkrebs und gynäkologische Krebserkrankungen
  - Krebserkrankungen des Magen-Darm-Traktes
  - Prostata-, Harnblasen- und Nierenzellkarzinome
  - Maligne Systemerkrankungen (auch nach autologer und allogener Stammzelltransplantation)
  - Krebserkrankungen der Schilddrüse, der Atmungsorgane und der Haut

Interdisziplinäres Konzept „Bewegung nach Krebs“: Fachärztliche Betreuung, Psychoonkologie, Kunst-, Ergo-, Sport-, Physiotherapie, Sozial-, Ernährungsberatung, vielseitiges Freizeitangebot, Schwarzwald-Gästekarte.

Asklepios Klinik Triberg  
Ludwigstr. 1-2 • 78098 Triberg  
(07722) 955-0 • triberg@asklepios.com  
www.asklepios.com/triberg



**BEWEGUNG IST LEBEN**

## Triberg - das perfekte Tagesausflugsziel

### Deutschlands höchste Wasserfälle

Über 160 m stürzt das Wasser der Gutach schäumend und tosend in sieben Kaskaden ins Tal.



### Schwarzwaldmuseum

Im Jahr 1936 erbaut, zeigt das Schwarzwaldmuseum das kulturelle und wirtschaftliche Leben der Schwarzwälder.



### Holzgeschnittener Rathaussaal

Erstellt im Jahr 1926 zeigt er eindrucksvolle Szenen aus dem Leben im Schwarzwald.



### Barocke Wallfahrtskirche „Maria in der Tanne“

Die Wallfahrtskirche beherbergt einen der schönsten Barockaltäre Südwestdeutschlands.



### Natur-Hochseilgarten

Erleben Sie bei unterschiedlichen Touren den Schwarzwald in einer Höhe von 4 - 20 Metern.



### Weltgrößte Kuckucksuhr

Uhr der Superlative mit original Uhrwerk im Maßstab 60:1. Sie kann von innen und außen besichtigt werden.



### Deutschlands größter Greifvogel- und Eulenzoo

Von der Schneeeule bis zum Steinadler werden einzigartige Besonderheiten der verschiedenen Vögel erläutert.



### Weltgrößter Schwarzwälder Uhrenträger

Im Park des Parkhotel Wehrle finden Sie diese beeindruckende Schnitzerei.



## 5. Wasserfall-Lauf Triberg

„Bewegung nach Krebs“

Ein Lauf für Sportler und Patienten

Samstag, 21.09.2019

**Start:**

**Ziel:**

**Kleine Runde** „Wasserfall“:

**Mittlere Runde** „Bergsee“:

**Große Runde** „Prisen“:

10:00 Uhr, Asklepios Klinik Triberg

Bei der Wasserfall-Hauptkasse

1 km, mit Zeitmessung

4 km, mit Zeitmessung

8 km, mit Zeitmessung

Veranstalter:

Asklepios Klinik Triberg gemeinsam mit der Stadt Triberg im Schwarzwald mit Unterstützung des Turnvereins Triberg 1860 e.V. sowie der Skizunft Triberg

Infos und Anmeldung:  
www.triberg.de

## Liebe Patienten/Patientinnen und Sportbegeisterte!

Ich freue mich, Ihnen heute die Einladung für den 5. Triberger Wasserfalllauf zuschicken zu können.

Das Projekt „Bewegung nach Krebs“ hat sich mittlerweile weit über die Grenzen des Schwarzwaldes hinaus als Anlaufpunkt für Krebspatienten etabliert. Durch regelmäßige Bewegung senken Krebspatienten Ihr Rückfallrisiko um bis zu 67%. Diese wichtige Botschaft soll weitere Verbreitung finden.

Genauso hat sich der Triberger Wasserfalllauf in unserer Region etabliert.

Wir möchten mit allen Interessierten ein Zeichen setzen, dass es nach einer Krebserkrankung wieder sportlich weitergehen kann.

Dazu möchte ich Sie um Unterstützung bitten und Sie gleichzeitig zur aktiven Teilnahme einladen.

2019 bieten wir Ihnen als Klinik in Zusammenarbeit mit der Stadt Triberg sowie dem Turnverein Triberg und der Skizunft Triberg erneut 3 Strecken zur Auswahl: 1 km, 4 km und auch 8 km. Auch in diesem Jahr liegt unser besonderes Augenmerk, neben dem sportlichen Anreiz und den Preisen in den einzelnen Kategorien, darauf, dass wir an Krebs erkrankten Menschen eine Teilnahme an einer richtigen Sportveranstaltung ermöglichen möchten. Diese Einladung gilt selbstverständlich auch für ehemalige Patienten der Klinik und alle Sportbegeisterten, die unsere Asklepios Klinik Triberg bisher noch nicht kannten.

Auch in diesem Jahr bieten wir wieder eine Patenschaft für noch geschwächte Patienten zur Begleitung an. Auch können sich Paten, die einzelne Patienten auf der 1 km-Strecke begleiten, über unser Sekretariat (Tel: 07722-955151 Fr. Meisel) anmelden.

Seien Sie am 21.09.2019 in Triberg beim 5. Wasserfalllauf dabei und unterstützen Sie so Patienten bei ihrem Kampf gegen den Krebs.

Für das leibliche Wohl sorgt der Turnverein Triberg im Bereich des Zieleinlaufs.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß und Erfolg beim 5. Wasserfalllauf in Triberg und freue mich auf Ihr Kommen!

Mit sportlichen Grüßen

Ihr  
Priv.-Doz. Dr. med. Thomas Widmann  
Chefarzt der Asklepios Klinik Triberg

## Höhenprofil große Runde „Prisen“: 8 km mit Zeitmessung



**Kleine Runde: „Wasserfall“: 1 km, „Dabei sein ist alles“**

**Klassen:** weiblich/männlich (ohne Platzierung)  
Kinder bis Jahrgang 2007 und jünger

**Mittlere Runde: „Bergsee“: 4 km**

**Klassen:** Jugendliche: Jahrgang 2001 - 2006, weiblich/männlich  
Erwachsene: Jahrgang 1959 - 2000, weiblich/männlich  
Senioren: ab Jahrgang 1958, weiblich/männlich  
Nordic Walking (ohne Platzierung)

**Große Runde: „Prisen“: 8 km, Startgeld: 5,00 €**

**Klassen:** Jugendliche: Jahrgang 2001 - 2006, weiblich/männlich  
Erwachsene: Jahrgang 1959 - 2000, weiblich/männlich  
Senioren: ab Jahrgang 1958, weiblich/männlich  
Nordic Walking (ohne Platzierung)

**Start:** Asklepios Klinik Triberg, Ludwigstrasse 1

**10:00 Uhr** Start große Runde „Prisen“

**10:30 Uhr** Start kleine Runde „Wasserfall“ sowie

Start mittlere Runde „Bergsee“

**Ziel:** Parkplatz Landgasthof Lilie beim Wasserfall-Haupteingang

**Siegerehrung:** Im Anschluss an das Rennen direkt im Zielbereich

**Auszeichnung:** Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde und einen Preis.

**Veranstalter:** Asklepios Klinik Triberg gemeinsam mit der Stadt Triberg im Schwarzwald mit Unterstützung des Turnvereins Triberg sowie der Skizunft Triberg.

**Schirmherr:** Bürgermeister Dr. Gallus Strobel, Triberg im Schwarzwald

**Bewirtung:** Getränke sowie Kaffee und Kuchen durch den Turnverein Triberg

**Infos und Anmeldung:** [www.triberg.de](http://www.triberg.de)

**Anmeldeschluss:** Freitag, 20.09.2019, 18:00 Uhr

**Nachmeldeschluss:** Samstag, 21.09.2019, 9:00 Uhr

**Nachmeldegebühr:** 2,00 € pro Person

**Startnummernausgabe:** Am Veranstaltungstag ab 9:00 Uhr in der Asklepios-Klinik. Das Startgeld für die große Runde „Prisen“ bitte bei Abholung der Startnummern in bar bezahlen.

**Allgemeine Laufbedingungen:** Für Unfälle und Schäden jeder Art, die im Rahmen der Teilnahme des Wasserfall-Laufs entstehen, gilt Haftungsausschluss der Veranstalter sowie der Eigentümer entlang der Laufstrecke. Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko.

**Für jeden Patienten wird ein Betrag von 5,00 € an den Krebsverband Baden-Württemberg e.V. gestiftet.**

Mit freundlicher Unterstützung:

