



# AKTIV INSTRUKTØR

TRENING ETTER KREFTBEHANDLING

**AKTIV**  
INSTRUKTØR 

**Aktiv mot kreft** har i samarbeid med **Norges Idrettshøgskole** og **Oslo universitetssykehus** laget et videreutdanningsemne for å øke kunnskap om trening for pasienter etter kreftbehandling utenfor sykehusene. Trenere og fysioterapeuter som har bestått eksamen i dette emnet kalles **AKTIVinstruktører**.

Har du hatt kreft og ønsker veiledning av en med kompetanse innen trening og kreft? Da kan en **AKTIVinstruktør** være noe for deg!



## En **AKTIVinstruktør**

- Har bakgrunn som fysioterapeut, personlig trener eller har utdanning i idrettsvitenskap
- Kjenner til de vanligste kreftformene og behandlinger
- Kjenner til bivirkninger og seneffekter som kan oppstå etter behandling
- Kan planlegge og tilrettelegge trening ut i fra dine forutsetninger og ditt nivå slik at du kan nå dine mål



- Har du gjennomgått kreftbehandling og ønsker å komme raskere tilbake?
- En AKTIVinstruktør har kunnskap om trening etter kreftbehandling
- Ta kontakt for et skreddersydd treningsprogram tilpasset dine behov
- Kontaktinformasjon:

