



MUKOmove

Gemeinsam für Menschen mit Mukoviszidose

08. – 12. Mai 2024

www.mukomove.de

Sei bei unserer Challenge dabei:

24.000 Stunden Bewegung für Menschen mit Mukoviszidose

Der MUKOmove verbindet Sport und Solidarität ganz neu. Jede Sportart ist möglich. Egal, ob Du lieber Fußball oder Handball spielst, Rad fährst, Yoga praktizierst, läufst oder einfach spazieren gehst – bei unserer Sport-Mitmachaktion zählt die Zeit, die Du in Bewegung bist, und das Gefühl der Gemeinschaft.

Wir wollen die seltene Erbkrankheit bekannter machen und Solidarität mit Menschen mit Mukoviszidose zeigen. Sei dabei vom 08. – 12. Mai 2024 und werde Teil unserer MUKOmove-Community.

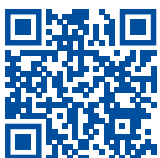
Die Sportaktion für alle:

Du kannst Dich in Deutschland und der ganzen Welt bewegen. Gerne mit Freunden, Familie, im Team, als Sportverein und Unternehmen oder auch alleine. Bewege Dich an 1, 2, 3 oder allen 5 Tagen in Deinem Tempo. Es gibt keine Anmeldegebühr, denn wir möchten, dass wirklich jeder mitmachen kann. Wir freuen uns aber über Spenden für unsere Projekte.

Und so geht's:

1. Wähle Deine Lieblingssportart und melde Dich oder Dein Team an.
2. Lade Freunde, Familie, Sportteam ein und bewegt Euch gemeinsam.
3. Bewege Dich und trage Deine Zeit in unser Move-Barometer ein.
4. Schaffe Aufmerksamkeit: Trage Deine Start-Nr. und poste Deine Move-Fotos unter [#mukomove](https://twitter.com/mukomove).

Wir freuen uns auf Deine Bewegungsstunden! Dein MUKOmove-Team



Anmeldung unter
www.mukomove.de



MUKOVISZIDOSE e.V.
Helfen. Forschen. Heilen.

Was ist Mukoviszidose?

Fast jeden 2. Tag wird in Deutschland ein Kind mit der seltenen Stoffwechselkrankheit Mukoviszidose geboren. Durch einen Gendefekt ist der Salz-Wasser-Haushalt im Körper gestört. Bei Menschen mit Mukoviszidose bildet sich so ein zäher Schleim, der lebenswichtige Organe wie Lunge oder Bauchspeicheldrüse schädigt. Bis heute ist die Krankheit nicht heilbar. Mehr Infos auf: www.muko.info