



# MUKOmove

Gemeinsam für Menschen mit Mukoviszidose

## 13. – 17. Mai 2026

## MUKOmove – Deine Bewegung zählt!

52.000 Stunden für Menschen mit Mukoviszidose

Ob Du läufst, radelst, tanzt, im Team Handball spielst oder im Garten arbeitest – jede Bewegung zählt! Beim MUKOmove bestimmst Du Tempo und Bewegungsart selbst. Gemeinsam wollen wir uns 52.000 Stunden bewegen und so die seltene Erkrankung Mukoviszidose sichtbar machen – in Deutschland und auf der ganzen Welt. Schau einfach mal an den fünf Tagen, wo Du Dich überall bewegst, Du wirst überrascht sein.

### Im Team macht's noch mehr Spaß!

Schnapp Dir Freundinnen und Freunde, Familie oder Dein Sportteam, frage Schulen/Kitas an und bewegt Euch gemeinsam für den guten Zweck. Die Teilnahme ist kostenlos – Spenden für unsere Mukoviszidose-Projekte sind herzlich willkommen.

### Und so geht's:

1. Jetzt anmelden: [www.mukomove.de](http://www.mukomove.de)
2. Im Team starten und andere einladen!
3. Bewegen und Zeit eintragen.
4. Aufmerksamkeit schaffen: Start-Nummer tragen und Move-Fotos posten. [#mukomove](https://twitter.com/mukomove)

Wir freuen uns auf Deine Bewegungsstunden!  
Dein MUKOmove-Team



#### Was ist Mukoviszidose?

Bei der seltenen Stoffwechselerkrankung Mukoviszidose ist der Salz-Wasser-Haushalt im Körper gestört. So bildet sich ein zäher Schleim im Körper, der lebenswichtige Organe wie Lunge oder Bauchspeicheldrüse schädigt. Bis heute ist die Krankheit nicht heilbar.

Mehr Infos auf: [www.muko.info](http://www.muko.info)



Anmeldung unter  
[www.mukomove.de](http://www.mukomove.de)



**MUKOVISZIDOSE** e.V.  
Helfen. Forschen. Heilen.