



NORDDEUTSCHER
REGATTA VEREIN



HAMBURGER SEGEL-CLUB

STIFTUNG
MAMMAZENTRUM
HAMBURG



Foto © Lars Wehrmann



SEGELN AUF DER ALSTER & HELGA CUP 2025

HALT FINDEN AUF SCHWANKENDEM BODEN

„Das Schnuppersegeln ist für mich immer wieder ein Highlight, weil wir die Freude am Segeln teilen und ein paar unbeschwerte Stunden auf der Alster verbringen können.“

Silke Basedow, Sieger-Team HSC „Helga Cup 2020, 2021, 2022“

Mit der Diagnose Brustkrebs kommt oft das Gefühl, den Halt zu verlieren und sich auf schwankendem Boden zu befinden. Genau da setzt unser Segelangebot an:

Gewinnen Sie durch die Führung erfahrener Seglerinnen mehr Selbstsicherheit und Vertrauen. Denn im Team den Schritt in ein unbekanntes Terrain auf schwankendem Bootsboden zu machen, von sicherer Seglerhand begleitet, schenkt eine erholsame Auszeit, aus der man Kraft und Vertrauen schöpfen und Sicherheit gewinnen kann.

Dank der Unterstützung von Norddeutscher Regatta Verein und Hamburger Segel-Club können wir Interessierten unter dem Motto „Segel neu setzen“ auf der Alster in loser Folge Segelangebote machen:

Schnuppersegel-Nachmittag: Verbringen Sie einen besonderen Nachmittag, gemeinsam mit anderen an Brustkrebs erkrankten Frauen auf der Alster und machen erste Segelerfahrungen unter Anleitung erfahrener Seglerinnen.

Segeltraining in der Kleingruppe mit anderen Betroffenen.

Nehmen Sie teil an einem regelmäßigen Segeltraining in der Saison, finden ein neues Hobby oder trainieren für den nächsten Helga Cup – die weltgrößte Frauenregatta vom 12. bis 15. Juni 2025.

Das Segelangebot erfolgt während der Segelsaison von April bis Oktober in loser Reihenfolge nach verfügbaren Kapazitäten.

Aktuelle Termine und evt. Teilnahmebeiträge unter www.stiftung-mammazentrum.de/alstersegeln
Bei Interesse schreiben Sie uns: office@stiftung-mammazentrum.de

WWW.STIFTUNG-MAMMAZENTRUM.DE