

# Internationaler Fortbildungskongress für Sportmedizin

16. bis 21. März 2014 St. Christoph am Arlberg

Leistungsphysiologisch-Internistisch-Pädiatrischer Grundkurs (LIP IV)

Reinhard-Suckert-Symposium "Grenzen der menschlichen Leistungsfähigkeit"



## **Programm**

www.sportmedizinkongress.at



Im Detail optimiert. In Summe neu.

# STARK & SICHER GEGEN TYP-2-DIABETES



- niedrige Hypoglykämieinzidenz¹
- hohe kardiovaskuläre Sicherheit<sup>2</sup>
- potente Power-Kombis<sup>3,4</sup>











#### HINWEISE FÜR DIE TEILNEHMER/INNEN:

Tagungsort und Tagungssekretariat: Ski Austria Academy St. Christoph am Arlberg

Öffnungszeiten Tagungssekretariat: Sonntag 13:00 bis 21:00 Uhr

Montag bis Freitag 8:00 bis 10:00 Uhr, 14:30 bis 19:00 Uhr

Erreichbarkeit während der Tagung: 0664 / 554 55 36

**Beginn:** Sonntag, 16.03.2014 um 15:30 Uhr **Eröffnung**: Sonntag, 16.03.2014 um 17:00 Uhr

Dauer der Tagung: 16.03.2014 15:30 Uhr bis 21.03.2014 19:15 Uhr

Der Veranstalter weist darauf hin, dass laut Urteil des Verwaltungsgerichtshofes die steuerliche Absetzbarkeit nur dann gegeben ist, wenn acht Unterrichtsstunden (Theorie, Praxis) exklusive dem Ärztesport nachgewiesen werden. Wir haben bei der Gestaltung des Programms diesem Urteil Rechnung getragen, um die steuerliche Absetzbarkeit zu ermöglichen.

#### Anrechenbarkeit ÖAK-Diplom Sportmedizin (angesucht) und Preise inkl. MWST:

Kurs	Approbierte Stunden	Einzahlung bis 26.01.2014	Einzahlung ab 27.01.2014
Grundkurs LIP IV	10 Stunden	€ 150,00	€ 170,00
Reinhard-Suckert-Symposium (Theorie)	12 Stunden	€ 150,00	€ 170,00
Workshop I, II, III (4 Std. Theorie, 2 Std. Praxis)	je 6 Stunden	€ 120,00	€ 140,00
Theorieseminar	2 Stunden	€ 50,00	€ 70,00
Praxisseminar I	4 Stunden	€ 100,00	€ 120,00
Praxisseminar II	6 Stunden	€ 120,00	€ 140,00
Praxisseminar III, IV	je 2 Stunden	€ 50,00	€ 70,00
Praxisseminar Schi Alpin (Ski Austria Akademie)	10 Stunden	Im Zimmerpreis inkludiert	Im Zimmerpreis inkludiert
Ärztesport (Ski Austria Akademie)	10 Stunden	Im Zimmerpreis inkludiert	Im Zimmerpreis inkludiert

Kursbestätigung: Die Ausgabe der Kursbestätigungen erfolgt nur nach dokumentierter Anwesenheit.

Stornogebühren: Bei Stornierung der Anmeldung bis zum 09.02.2014 werden keine Gebühren verrechnet.

Ab 10.02.2014 werden 70 %, ab 24.02.2014 werden 50 % rückerstattet.

**Stornoversicherung:** <u>christoph.breisach@bogen.co.at</u>

**Bankverbindung:** Steiermärkische Sparkasse, BLZ 20.815,

Sportärztetagung St. Christoph, Konto-Nr. 42 94 799 IBAN: AT332081500004294799, BIC: STSPAT2GXXX Bei Internet-Banking unbedingt Angabe des Namens

**Unterkünfte:** Kongresshotel Ski Austria Academy St. Christoph, Tel. 05446/2627

www.skiakademie.at oder office@skiakadmie.at

Arlberg Hospiz Hotel St. Christoph, Tel. Nr. 05446/2611 www.arlberghospiz.at oder info@arlberghospiz.at

#### Wissenschaftliches Programm

Die Teilnahme am Grundkurs LIP IV sowie an den Theorie- und Praxisseminaren ist ausschließlich für ÄrztInnen möglich.

Das **Reinhard-Suckert-Symposium** kann nur als Block gebucht werden. Tageskarten sind nicht möglich. Für die **Seminare** und **Workshops** ist eine **Teilnehmerzahl von 5 Personen pro Gruppe** notwendig. Andernfalls behält sich der Veranstalter vor, die Gruppen zusammenzulegen oder gegen Kostenrückerstattung abzusagen. **Programmänderungen aufgrund von Referentenwechsel oder zu geringer Teilnehmerzahl behält sich der Veranstalter vor.** Für die Teilnahme an den Praxisseminaren und dem Ärztesport sind Gesundheit und körperliche Eignung Voraussetzung.

Teilnahme für die gesamte Tagung auf eigene Gefahr! Der Veranstalter übernimmt für etwaige Schäden keinerlei Haftung. Zeitliche und inhaltliche Änderungen des Programms behält sich der Veranstalter vor.

#### Praxisseminar Schi Alpin und Ärztesport

Das Praxisseminar Schi Alpin und Ärztesport können nur als Einheit und nur in Kombination mit dem Grundkurs oder mit dem Reinhard-Suckert-Symposium gebucht und bestätigt werden.

Die Teilnahme am Ärztesport unter der Leitung der Skilehrer der Ski Austria Academy ist nur Gästen der Ski Austria Academy möglich. Bitte reservieren Sie daher rechtzeitig Ihre Hotelunterkunft, da in der Ski Austria Academy nur ein begrenztes Zimmerkontingent zur Verfügung steht!

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Die Liftgebühren sind nicht inkludiert. Die Liftkarten erhalten Sie an den Verkaufsstellen und müssen bei der Gruppeneinteilung vorhanden sein. Alle Sportgeräte (z.B. Ski, Stöcke etc.) und entsprechende Sport- Schutzbekleidung sind selbst mitzubringen. Erscheinen Sie bitte pünktlich mit kompletter Ausrüstung. Die Pausen während des Ärztesports werden in den Gruppen festgelegt. Die Sportausübung (Gelände) ist abhängig von der Schnee- und Wetterlage.

#### Kursbestätigung

Die Ausgabe der Kursbestätigungen erfolgt nur nach dokumentierter Anwesenheit.

#### **Anmeldung**

Ihre verbindliche Anmeldung ist nur online unter www.sportmedizinkongress.at möglich.

Die definitive Anmeldung wird erst mit dem Eingang der Überweisung gültig.

Die Vergabe von limitierten Seminarplätzen erfolgt in der Reihenfolge des Einlangens der Überweisung der Teilnahmegebühren. Die Seminarbeiträge werden mit der Anmeldebestätigung vorgeschrieben.

*Frühbucherbonus*: Für die Inanspruchnahme des Frühbucherbonus gilt nicht das Anmeldedatum, sondern der Eingang der Überweisung bis einschließlich 26.1.2014.

Spätbucher: Ab 27.1.2014 gilt der Normaltarif.

**Stornogebühren:** Bei Stornierung der Anmeldung bis zum 09.02.2014 werden keine Gebühren verrechnet. Ab 10.02.2014 werden 70 %, ab 24.02.2014 werden 50 % rückerstattet. Bei Nichterscheinen ohne Abmeldung vor Kursbeginn erfolgt keine Rückerstattung des eingezahlten Betrages.

Stornoversicherung: <a href="mailto:christoph.breisach@bogen.co.at">christoph.breisach@bogen.co.at</a>

Wir weisen darauf hin, dass der *Veranstalter*, die *Referenten* und die *Trainer* keine wie immer geartete *Haftung* gegenüber dem Teilnehmer oder dritten Personen übernehmen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Der Abschluss einer Haftpflicht bzw. Unfallversicherung wird empfohlen.

#### 15:30 bis 17:00 Uhr Workshop I, Seminarraum 1b

Herz-Kreislauf- und Metabolische Belastung im Alpinen Schisport K. Leitner, Annemarie Leitner

#### Theorieseminar I, Seminarraum 2

Krafttraining im Alter

P. Haber

#### 17:00 bis 17:15 Uhr Begrüßung und Eröffnung der Sportärztetagung

Präsident Dr. Artur Wechselberger

#### 17:15 Uhr <u>Festvortrag</u>

"Race across America - Die Grenzen der menschlichen Leistungsfähigkeit" Christoph Strasser

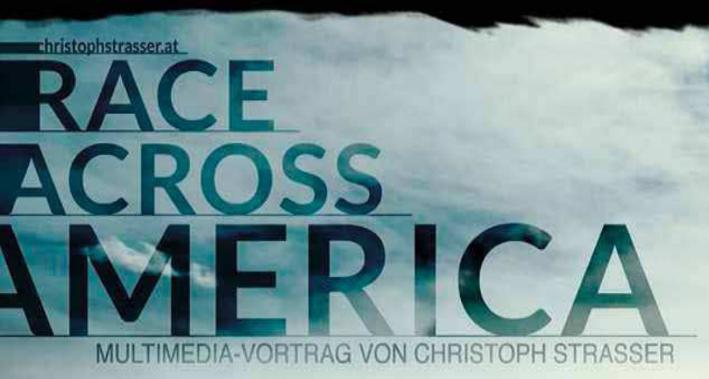
Besprechung des Wochenprogramms P. H. Schober

#### **Eröffnungscocktail**

auf Einladung des Präsidenten der Österreichischen Ärztekammer Dr. Artur Wechselberger

Ski Austria Academy

*ca.* 19:00 *Uhr* Abendessen in den Hotels





**Grundkurs LIP IV** 

Sportmedizinische Betreuung von alten Menschen

Trainingsinhalte, Trainingsmethoden, Leistungsentwicklung

P. Haber

08:00 bis 10:00 Uhr Seminarraum 1b

Workshop II

Untersuchungstechniken an der Wirbelsäule

S. Trobos

10:00 Uhr Maiensee – Lift

Ski Gruppeneinteilung für Praxisseminar und Ärztesport

(Skilehrer der Ski Austria Academy)

10:00 bis 12:00 Uhr Praxisseminar Schi Alpin

Einführung in die Bewegungsstruktur der Sportart Schifahren

Training der motorischen Fähigkeiten Technik und Koordination

Schiausrüstung erforderlich!

Teilnahme nur für Gäste der Ski Austria Academy P. H. Schober, Schilehrer der Ski Austria Academy

**12:00 bis 13:30 Uhr** Ärztesport unter Anleitung der Ausbildner

Schiausrüstung erforderlich!

Teilnahme nur für Gäste der Ski Austria Academy

13:30 bis 15:00 Uhr Mittagspause

15:00 bis 17:00 Uhr Schipiste

Workshop I

Herz-Kreislauf- und Metabolische Belastung im Alpinen Schisport (Feldtest)

Alpinausrüstung erforderlich K. Leitner, Annemarie Leitner

**Turnsaal** 

**Praxisseminar I** 

Sportmotorische Testverfahren für die sportliche Leistungsfähigkeit

Sportkleidung erforderlich! E. Köppel, J. Windhaber

17:00 bis 19:00 Uhr Hörsaal

Reinhard-Suckert-Symposium, Vorsitz: K. M. Braumann, P. H. Schober

17:00 bis 17:40 Uhr Grenzen der Leistungsfähigkeit "Olympic Champion made or born"

N. Bachl

17:40 bis 18:20 Uhr Auswirkungen von Ausdauerbelastung bei über 45 Jährigen

Was geht – was geht nicht?

F. Skrabal

18:20 bis 19:00 Uhr Leistungsverbesserung – was geht noch ohne Doping?

K. M. Braumann

**19:00 Uhr** Abendessen in den Hotels





Pure bringt den Körper auf Tour.



**Grundkurs LIP IV** 

Sportmedizinische Betreuung bei chronischen Erkrankungen Trainingsinhalte, Trainingsmethoden, Leistungsentwicklung

F. Skrabal

08:00 bis 10:00 Uhr Seminarraum 1b

Workshop II

Untersuchungstechniken an der Wirbelsäule

S. Trobos

10:00 bis 12:00 Uhr Praxisseminar Schi Alpin

Einführung in die Bewegungsstruktur der Sportart Schifahren Training der motorischen Fähigkeiten Technik und Koordination

Schiausrüstung erforderlich!

Teilnahme nur für Gäste der Ski Austria Academy P. H. Schober, Schilehrer der Ski Austria Academy

12:00 bis 13:30 Uhr Ärztesport unter Anleitung der Ausbildner

Schiausrüstung erforderlich!

Teilnahme nur für Gäste der Ski Austria Academy

13:30 bis 15:00 Uhr Mittagspause

15:00 bis 17:00 Uhr Seminarraum 1b

Workshop I

Herz-Kreislauf- und Metabolische Belastung im Alpinen Schisport

K. Leitner, Annemarie Leitner

**Turnsaal** 

Praxisseminar I

Sportmotorische Testverfahren für die sportliche Leistungsfähigkeit

Sportkleidung erforderlich! E. Köppel, J. Windhaber

17:00 bis 19:00 Uhr Hörsaal

Reinhard-Suckert-Symposium, Vorsitz: J. Niebauer, P. H. Schober

17:00 bis 17:40 Uhr Beziehung von körperlicher Fitness und "Burnout"

K. M. Braumann

17:40 bis 18:20 Uhr Marathon - Trigger für Arteriosklerose?

J. Niebauer

18:20 bis 19:00 Uhr Born to run – über die menschlichen Grenzen im Ultramarathon

G. Neumayr

**19:00 Uhr** Abendessen in den Hotels

# schülke -}-



**Grundkurs LIP IV** 

Sportmedizinische Betreuung von Kindern und Jugendlichen

J. Windhaber

08:00 bis 10:00 Uhr Seminarraum 1b

Workshop II

Untersuchungstechniken an der Wirbelsäule

S. Trobos

10:00 bis 12:00 Uhr Praxisseminar Schi Alpin

Einführung in die Bewegungsstruktur der Sportart Schifahren
Training der meterischen Fähigkeiten Technik und Koordination

Training der motorischen Fähigkeiten Technik und Koordination

Schiausrüstung erforderlich!

Teilnahme nur für Gäste der Ski Austria Academy P. H. Schober, Schilehrer der Ski Austria Academy

12:00 bis 13:30 Uhr Ärztesport unter Anleitung der Ausbildner

Schiausrüstung erforderlich!

Teilnahme nur für Gäste der Ski Austria Academy

13:30 bis 15:00 Uhr Mittagspause

15:00 bis 17:00 Uhr Seminarraum 1b

Workshop III

Medizinische Trainingslehre – vom Konzept zum Rezept

J. Windhaber

Seminarraum 2 Praxisseminar II

Korrekturübungen bei Mobilitäts- und Stabilitätsdefiziten

Ch. Peischler, E. Köppel, P. H. Schober

17:00 bis 19:00 Uhr Hörsaal

Reinhard-Suckert-Symposium, Vorsitz: E. Wallenböck, P. H. Schober

17:00 bis 17:40 Uhr Leistenschmerz beim Sportler

G. Gruber

17:40 bis 18:20 Uhr Spondylolyse – Spondylolisthese und Sport

A. Karner-Nechvile

18:20 bis 19:00 Uhr Vorfußdeformitäten und Sport

G. Gruber

**19:00 Uhr** Abendessen in den Hotels

20:30 Uhr Ski Austria Academy

Tipps und Tricks für das Präparieren von Langlaufskiern

**Roland Diethart** 



# Dynamische Unterstützung

Die **Arcus LWS Bandage Dynamic** stabilisiert und entlastet durch ihre komprimierende Wirkung den Lendenwirbelbereich. Die beweglichen Glieder der Pelotte bewirken einen angenehmen Massageeffekt auf die umliegende Muskulatur und tragen dazu bei, Verspannungen im Bereich des lumbosacralen Übergangs zu lösen.

**ofa** austria

Ofa Austria
Franz-Ofner-Straße 20
5020 Salzburg
Tel +43 662 848707
Fax +43 662 849514
kundenservice@ofaaustria.at
www.ofaaustria.at

www.ofaaustria.at

**Grundkurs LIP IV** 

Sportmedizinische Betreuung von Frauen

Leistungsentwicklung im Frauensport, Geschlechtsspezifische Merkmale der motorischen Grundeigenschaften, Physiologische Besonderheiten bei Frauen, Dys- und Amenorrhoe im Sport, Sport in der Schwangerschaft

J. Windhaber

08:00 bis 10:00 Uhr Seminarraum 1b

**Praxisseminar III** 

Untersuchungstechniken am Sprunggelenk

G. Gruber

10:00 bis 12:00 Uhr Praxisseminar Schi Alpin

Einführung in die Bewegungsstruktur der Sportart Schifahren Training der motorischen Fähigkeiten Technik und Koordination

Schiausrüstung erforderlich!

Teilnahme nur für Gäste der Ski Austria Academy P. H. Schober, Schilehrer der Ski Austria Academy

12:00 bis 13:30 Uhr Ärztesport unter Anleitung der Ausbildner

Schiausrüstung erforderlich!

Teilnahme nur für Gäste der Ski Austria Academy

13:30 bis 15:00 Uhr Mittagspause

15:00 bis 17:00 Uhr Seminarraum 1b

Workshop III

Medizinische Trainingslehre – vom Konzept zum Rezept

J. Windhaber

Turnsaal

Praxisseminar II

Korrekturübungen bei Mobilitäts- und Stabilitätsdefiziten

Sportkleidung erforderlich!

Ch. Peischler, E. Köppel, P. H. Schober

17:00 bis 19:00 Uhr Hörsaal

Reinhard-Suckert-Symposium, Vorsitz: R. Schabus, P. H. Schober

17:00 bis 17:40 Uhr Prothetik und Sport

St. Nehrer

17:40 bis 18:20 Uhr Sportrückkehr nach Verletzungen

K. P. Benedetto

18:20 bis 19:00 Uhr Sportrückkehr nach Schädel-Hirn-Trauma

R. Eberl

**19:00 Uhr** Abendessen in den Hotels

# SRADIENT GRADIENT

## **Medizinische Vorteile**

- Vermeidung und Therapie von postoperativen Stauungen, schnellere Mobilisierung
- Vermeidung und Therapie bei Wundheilungsstörungen und überschüssiger Narbenbildung
- Vermeidung und Therapie von Immobilitätsödemen bei immobilen Patienten
- Leitliniengerechte Thromboembolieprophylaxe
- Schnelle und nachhaltige Ödemresorption

### Grundsätzliche Vorteile

- Biochemische Wirkung
- Senkung des peripheren Widerstandes
- Schnellere Regeneration nach sportlicher Anstrengung
- Verbesserte Mikro-/und Makrozirkulation
- Verbesserter Lymphabfluss
- Verbesserter arterieller und venöser Flow



**Grundkurs LIP IV** 

Sportmedizinische Betreuung im Behindertensport

H. Hörtnagl

08:00 bis 10:00 Uhr Seminarraum 1b

**Praxisseminar IV** 

Untersuchungstechniken am Hüftgelenk

G. Gruber

10:00 bis 12:00 Uhr Praxisseminar Schi Alpin

Einführung in die Bewegungsstruktur der Sportart Schifahren Training der motorischen Fähigkeiten Technik und Koordination

Schiausrüstung erforderlich!

Teilnahme nur für Gäste der Ski Austria Academy P. H. Schober, Schilehrer der Ski Austria Academy

12:00 bis 13:30 Uhr Ärztesport unter Anleitung der Ausbildner

Schiausrüstung erforderlich!

Teilnahme nur für Gäste der Ski Austria Academy

13:30 bis 15:00 Uhr Mittagspause

15:00 bis 17:00 Uhr Seminarraum 1b

Workshop III

Medizinische Trainingslehre – vom Konzept zum Rezept

J. Windhaber

**Turnsaal** 

Praxisseminar II

Korrekturübungen bei Mobilitäts- und Stabilitätsdefiziten

Sportkleidung erforderlich!

Ch. Peischler, E. Köppel, P. H. Schober

17:00 bis 19:00 Uhr Hörsaal

Reinhard-Suckert-Symposium, Vorsitz: P. Schmid, P. H. Schober

17:00 bis 17:40 Uhr Grenzen des Apnoe-Tieftauchens

U. Preiml

17:40 bis 18:20 Uhr Grenzen der muskulären Leistungsfähigkeit – lässt sich die muskuläre

Leistungsfähigkeit durch "Exercise Mimetics" unbegrenzt steigern?

A. Koller

18:20 bis 19:00 Uhr Wann ist das Leben zu Ende

P. Schmid

ab 19:00 Uhr Ausgabe der Teilnahmebestätigungen

**19:15 Uhr** Abendessen in den Hotels

21:00 Uhr <u>Farewell Disco</u>

# ENTERALE ERNÄHRUNG

# Glutamine Plus

#### SCHUTZ VOR OXIDATIVEM STRESS

Glutamine Plus THOMING PRINS Normal auserego Neutraal Neu

 Glutamin in hoher Konzentration (10 g pro Portionspackung)

Hoher Gehalt an antioxidativen
 Vitaminen (C, E, β-Carotin) und
 Spurenelementen (Selen, Zink)

- Innovative Stärkeverkapselung verdeckt den bitteren Geschmack
   von freiem L-Glutamin
  - Zwei Geschmacksvarianten:

Orange – für fruchtigen Geschmack

Neutral – zur Kombination mit Nahrungsmitteln und Getränken

Fresenius Kabi Austria GmbH Hafnerstraße 36, A-8055 Graz Fachauskünfte: Tel.-Nr. 0316 / 249-1449 info-atgr@fresenius-kabi.com www.fresenius-kabi.at



#### Referenten / Vorsitzende

Univ. Prof. Dr. Norbert Bachl Leiter der Abt. Sport- und Leistungsphysiologie, Uni Wien

Prim. Univ. Prof. Dr. K. P. Benedetto Vorstand der Abt. für Unfallchirurgie, LKH Feldkirch

Univ. Prof. Dr. Klaus-Michael Braumann Abt. für Sport- und Bewegungsmedizin, Hamburg

Priv. Doz. Dr. Robert Eberl Univ. Klinik für Kinder- und Jugendchirurgie, Graz

Univ. Doz. Dr. Gerald Gruber Univ. Klinik für Orthopädie, Graz

Direktor Dr. Andreas Greslehner Ärztlicher Direktor der AUVA, Wien

Univ. Prof. Dr. Paul Haber Zentrum für Medizinische Trainingstherapie, Wien

Univ. Prof. Dr. Helmut Hörtnagl FA für Innere Medizin, Kardiologie, Sportmedizin, Innsbruck

Prim<sup>a</sup>. Dr. Angelika Karner-Nechvile Abt. für Physikalische Medizin und Rehabilitation, Wr. Neustadt

Priv. Doz. Dr. Arnold Koller Institut für Sport-, Alpinmedizin und Gesundheitstourismus

Mag. Dr. Ernst Köppel Sportlicher Leiter (Trainer), Sport-Borg Monsbergergasse Graz

Dr. Kurt Leitner Arzt für Allgemeinmedizin, Sportarzt, Judenburg/Murdorf

Univ. Prof. Dr. Stefan Nehrer Dekan der Fakultät für Gesundheit und Medizin, Krems

Univ. Doz. Dr. Günther Neumayr FA für Innere Medizin, Kardiologie, Sportarzt, Lienz

Prim. Univ. Prof. DDr. Josef Niebauer Univ. Institut Rehabilitative und präventive Sportmedizin Salzburg

Mag. Christoph Peischler Trainingswissenschafter (Trainer), Graz – Koordination

Dr. Ulrike Preiml Ärztin für Allgemeinmedizin, Sportärztin, Wien

Univ. Prof. Dr. Rudolf Schabus FA für Unfallchirurgie und Sporttraumatologie, Wien

Prim. Univ. Prof. Dr. Peter Schmid Ärztlicher Leiter, Rehabilitationszentrum Bad Schallerbach

Univ. Prof. Dr. Peter H. Schober Univ. Klinik für Kinder- und Jugendchirurgie, Graz

Prim. Univ. Prof. Dr. Falko Skrabal FA für Innere Medizin, Sportarzt, Graz

Christoph Strasser Extremsportler, Gewinner RAAM, Graz

Dr. Stefan Trobos FA für Orthopädie und Sportorthopädie, Schwaz

Prim. OA Dr. Engelbert Wallenböck FA für Unfallchirurgie und Sporttraumatologie, Graz

Dr. Jana Windhaber Univ. Klinik für Kinder- und Jugendchirurgie, Graz

#### Wissenschaftliche Leitung und Organisation:

Univ. Prof. Dr. P. H. Schober

Univ. Klinik für Kinder- und Jugendchirurgie

Auenbruggerplatz 34, 8036 Graz E-Mail: peter.schober@medunigraz.at

Univ. Prof. Dr. Helmut Hörtnagl Müllerstraße 28, 6020 Innsbruck E-Mail: helmut.hoertnagl@chello.at Prim. Univ. Prof. Dr. K. P. Benedetto Unfallchirurgie Landeskrankenhaus Carinagasse 47, 6807 Feldkirch E-Mail: karl.benedetto@lkhf.at

Dr. Jana Windhaber

Univ. Klinik für Kinder- und Jugendchirurgie

Auenbruggerplatz 34, 8036 Graz

E-Mail: jana.windhaber@klinikum-graz.at



## **SEIT 1912**

**NOTIZEN** 

