

# SPORTMEDIZIN-ST. MORITZ 2016

SPORTMEDIZIN ST. MORITZ 2016  
9. Sportmedizin - Wochenkurs  
St. Moritz Schweiz  
21. bis 26. Februar 2016



DGSP  
Deutsche Gesellschaft  
für Sportmedizin



48 Stunden  
Sportmedizin DGSP  
Zweitageskurse  
(ZTK) 6,7 u. 9

  
SPORTMEDIZIN  
S T . M O R I T Z



[www.sportmedizin-stmoritz.de](http://www.sportmedizin-stmoritz.de)

Sportmedizinische Aspekte von  
Ski-Alpin • Snowboard • Langlauf • Tennis  
Eishockey • Schießsport • Gymnastik

**Wissenschaftliche  
Leitung und  
Organisation**

Priv.-Doz. Dr. med. Erhan Basad  
ATOS Klinik Heidelberg  
Zentrum für Hüft- und Knieendoprothetik  
Arthroskopische und Regenerative Gelenkchirurgie  
Bismarckstrasse 9 - 15  
69115 Heidelberg

**Kooperationspartner**

Prof. Dr. Winfried Banzer  
Leiter Abt. Sportmedizin des Instituts für Sport  
Ginnheimer Landstr. 39  
60487 Frankfurt a.M.

Dr. med. Adrian Urfer  
Chefarzt Klinik Gut St. Moritz  
Via Arona 34, CH-7500 St. Moritz, Schweiz

**Tagungshotel**

Hotel Laudinella, Via Tegiatscha 17, CH-7500 St. Moritz  
Tel. +41 (0)81 836 00 00, Fax +41 (0)81 836 00 01  
[www.laudinella.ch](http://www.laudinella.ch)

**Kursgebühren**

590 € für Theorie und sportmedizinische Aspekte incl. Bereitstellung der  
Lehrer ohne Sportmaterial. Nur Theorie 290 €.  
Ski-Pass 35 CHF / Tag (für Hotelgäste im Engadin).  
Ausrüstung für Eishockey und Schießsport werden gestellt.

**Anmeldung und Infos**

Online über: [www.sportmedizin-stmoritz.de](http://www.sportmedizin-stmoritz.de)  
oder

Priv.-Doz. Dr. med. Erhan Basad  
Kongressbüro Sportmedizin  
Bismarckstrasse 9 - 15  
69115 Heidelberg  
e-mail: [info@medxs.de](mailto:info@medxs.de)  
+49.6221.983140 und +49.172.8008982 (mobil)

**Levamed® stabili-tri  
Sichere Therapie in 3 Phasen**



1. Akutphase



2. Proliferationsphase



3. Remodulationsphase



## Sportschulen

Suvretta Snowsport School  
Via Chassellas 1  
7500 St.Moritz CH  
Tel. +41 (0)81/ 836 61 61  
Fax +41 (0)81/ 836 61 69  
[www.suvrettasnowsports.ch](http://www.suvrettasnowsports.ch)



The St. Moritz Experience AG  
CH-7512 Champfèr-St. Moritz  
Tel. +41 (0)81 833 77 14  
Fax +41 (0)81 832 22 93  
[www.stmoritz-experience.ch](http://www.stmoritz-experience.ch)



## Fortbildungspunkte

Zweitageskurse (ZTK) 6, 7 und 9 der DGSP (48 Stunden)

24 Std. Sportmedizin, 24 Std. sportmedizinische Aspekte des Sports

ZTK 6

Leitgedanke: (Sport) Orthopädische Aspekte der unteren Extremität, Winter/ Sommerkurs (in der Höhe)

ZTK 7

Leitgedanke: Systemerkrankungen und Sport – von der Prävention zur Therapie (Senioren)

ZTK 9

Leitgedanke: Ausgewählte (sport-)pädiatrische Aspekte

CME - Punkte: LÄK Baden-Württemberg (Kategorie H), 48 Punkte  
VNR Nummer: 2760809004724080017

## Materialmiete

Bei Skiservice Corvatsch mit mehreren Filialen z.B. an Skiliften (Signal-Bahn, Corviglia, etc.) erhalten Sie Leihmaterial für den Wintersport mit einem Gruppennachlass von 15%. Sie können das Leihmaterial oder ihr eigenes Material komfortabel an der Bahn-Station deponieren.  
[www.skiservice-corvatsch.com](http://www.skiservice-corvatsch.com)

## Allgemeine Geschäftsbedingungen

Es gelten die AGB des Veranstaltungshauses (Hotel Laudinella) und der jeweiligen Sportschulen. Sporttauglichkeit, Haftpflichtschutz und Unfallversicherungsschutz werden vorausgesetzt. Änderungen der Angaben im Programm sind vorbehalten. Teilnehmer der Veranstaltung sind nur bei Nachweis der Anwesenheit auf den Unterschriftenlisten berechtigt eine Kursbescheinigung zu erhalten.

## Sportmedizinische Aspekte

Bei den aufgeführten Sportarten handelt es sich um unter praktischen Bedingungen durchgeführte Fortbildungen mit Anleitung durch Sportlehrer und Kursreferenten. Freizeit-Aktivitäten mit Sport dürfen nur ausserhalb der als „sportmedizinische Aspekte“ angegebenen Zeiträume durchgeführt werden.

## Ski-Alpin und Snowboard

Unsere Ski-Schule bietet eine professionelle Schulung der Ski- und Snowboardgruppen, welche speziell auf die Könnertufen, Wünsche und Bedürfnisse für Sportmediziner abgestimmt sind. Die Gruppengrößen sind limitiert. Treffpunkt für Ski- und Snowboardfahrer mit den Lehrern wird gruppenintern festgelegt.

## Off-Pisten

Für Fahrer mit Off-Pisten Erfahrung werden eine begrenzte Anzahl besonders qualifizierte Lehrer zur Verfügung gestellt. Die Sicherheitsausrüstung für Off-Pisten Fahrer (ABS Rucksack mit LVS und Sonde) ist ein Muss für diese Gruppen und kann bei der Skischule zu CHF 25.00 pro Tag oder Pauschal 100 CHF für die Woche bezogen werden. Hierzu ist eine Vorreservierung nötig.

## Ski Langlauf

Unter fachkundiger Betreuung durch Ski-Lehrer bieten wir praktische und theoretische Ausbildung und Trainingsläufe. Top präparierte Loipen von 180 km Länge durchziehen die Oberengadiner Landschaft und unzählige Seitentäler. Treffpunkt für Langläufer mit den Lehrern ist das Langlaufzentrum St. Moritz (zwischen Hotel Laudinella und Signal-Bahn).

## Tennis

Im Corviglia Tennis & Squash Center stehen vier moderne Hallenplätze zur Verfügung. Der gelenkschonende „Bross Slide Forte“ Hallenbodenbelag - ein Teppich-Gleitbelag mit Granulat - wird Ihnen sichere Bedingungen bieten. Empfohlen werden Tennisschuhe mit leichtem Profil. Es darf nur mit sauberen Schuhen gespielt werden. Instruktor und Plätze werden vom gestellt.

## Schießsport

Instruktion und Sportpraxis erfolgt am Tontaubenschießstand St. Moritz (an der Olympiasprungschanze). Disziplinen sind Tontaubenschießen (Laser), Bogenschießen und Armbrustschießen. Die Absolvierung des Schießparcours erfolgt unter sicherheitstechnischer und fachmännischer Anleitung von Guides. Instruktoren, Waffen und Material werden vom Veranstalter gestellt. Die Parkplätze befinden sich kurz unterhalb der Sprungschanze am Heliport. Die Schießsportschulung findet unter dem Vorbehalt geeigneter Wetterverhältnisse statt.

## Eishockey

Die Schulung in sportmedizinischen Aspekten des Eishockey findet in der Eisarena St. Moritz statt. Material (Schutzbekleidung, Schlittschuhe, Schläger), Eisarena (800 Plätze) und Instruktoren werden vom Veranstalter gestellt. Eishockey wird unter dem Vorbehalt einer ausreichenden Anzahl von angemeldeten Teilnehmern angeboten.

## Gymnastik

Wird Sportgruppenintern zu Anfang der jeweiligen Sportdisziplin durchgeführt.

# Programm

	Sonntag	Montag	Dienstag
09:00 - 12:00		Sportmedizinische Aspekte Gymnastik Wintersport (Aufwärmung, techn. Voraussetzungen)	Sportmedizinische Aspekte Gymnastik Wintersport (Wirbelsäule, Rumpfmuskulatur)
12:00 - 12:30		Mittagspause	Mittagspause
12:30 - 15:00	15:00 bis 16:00 Anmeldung	Sportmedizinische Aspekte Wintersport Technik (Ski-Alpin, Snowboard, Langlauf)	Sportmedizinische Aspekte Rückschlagspiele, spezifische Gelenkbelastung (Tennis)
	16:00 Begrüßung (Basad)	16:00 Beginn der Industrieausstellung	16:00 Beginn der Industrieausstellung
16:30 - 17:15	Behandlung von Knorpelschäden am Knie und Talus (Basad)	ACP-Workshop Sportmedizin am Bewegungsapparat (Styra)	Moderne Nachbehandlungskonzepte an Gelenken (Jäger)
17:15 - 18:00	Bewegung und Ernährung (Banzer)	Skiverletzungen und Rehabilitation im Profisport (Rauffer)	Sport und Rückenschmerz – Ursache, Therapie, Wundermittel (Nimier)
	Pause	Pause	Pause
18:15 - 19:00	Mentale Prozesse im Skisport (Gerisch)	Bewegung und Alter (Banzer)	Klinische Funktionsuntersuchung im Bewegungssystem (Nimier)
19:00 - 19:45	Verletzungen und Überlastungsschäden der Hand (Frank)	Tendinopathie: Diagnose und Therapie - Standard Heute (Knobloch)	Praktischer Untersuchungskurs Hand und Ellenbogen (Frank)

- Kat. G: 8 h Lebensalter und Geschlecht
- Kat. B: 14 h Motorik, Stütz- und Bewegungsapparat
- Kat. C: 2 h Ernährung, Pharmaka, Doping, Umwelt, Temperatur

# Programm

Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Sportmedizinische Aspekte Gymnastik Wintersport (Höhenmedizinische Aspekte, Lawinen)	Sportmedizinische Aspekte Gymnastik Wintersport (Gelenkbelastung, Gelenkrauma)	Sportmedizinische Aspekte Gymnastik Wintersport (Retungsmaßnahmen, Bergung)	09:00 - 12:00
Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	12:00 - 12:30
Sportmedizinische Aspekte Wintersport, Technik (Ski-Alpin, Snowboard, Langlauf)	Sportmedizinische Aspekte Sportspiele, Technik, Ausdauer, Regelwerke (Eishockey)	Sportmedizinische Aspekte Schießsport (Tontaubenschießen, Bogenschießen)	12:30 - 15:00
16:00 Beginn der Industrieausstellung	16:00 Beginn der Industrieausstellung	16:00 Beginn der Industrieausstellung	
Chronische Instabilität und akute Verletzungen am Sprunggelenk (Fehske)	Update Injektionstherapie bei Rückenschmerz (Casser)	Einführung in die Amerikanische Chiropractic (Haack)	16:30 - 17:15
Altersabhängige Anpassungen des Herzens an Sportbelastung (Fehske W)	Sport und Fettstoffwechselstörungen (König)	Risikomanagement beim Alpin Ski - Update (Keemss)	17:15 - 18:00
Pause	Pause	Pause	
Technische Entwicklungen im Skisport und Unfallvermeidung (Fehske)	Sarkopenie - Pathophysiologie und Sporttherapie (König)	Handlungsschnelligkeit im Spitzenfußball (Gerisch)	18:15 - 19:00
Struktur und Leistungskonzeption im Bundesligafußball (Gerisch)	Plötzlicher Herztod - welche Vorsorgeuntersuchungen? (Fehske W)	Praktischer Untersuchungskurs Knie (Basad)	19:00 - 19:45

Hinweis: Die Vortragsdauer beträgt jeweils 35 Minuten, gefolgt von einer 10minütigen Diskussionszeit.





# TIME TO SKI



**SUVRETTA SNOWSPORTS SCHOOL**

VIA CHASELLAS 1, CH 7500 ST. MORITZ | TEL + 41 (0)81 836 61 61 | [WWW.SUVRETTASNOWSPORTS.CH](http://WWW.SUVRETTASNOWSPORTS.CH)

