

**PROGRAMM**

**Samstag, 23.03.2024**

ab 14:00 Uhr	Anmeldung, Kurseinschreibung, etc.		
15:00 – 15:45	Sportmedizinische internistische/kardiologische Grundlagen: - Anatomische und physiologische Adaptation des Herz-Kreislaufsystems, der Gefäße, des Bluts und der blutbildenden Organe; Sportherz, Sportler-EKG I	Modul 7	Dahm
15:45 – 16:30	Sportmedizinische internistische/kardiologische Grundlagen: - Anatomische und physiologische Adaptation des Herz-Kreislaufsystems, der Gefäße, des Bluts und der blutbildenden Organe; Sportherz, Sportler-EKG II	Modul 7	Dahm
<b>Kaffeepause</b>			
17:00 – 17:45	Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte: - Ausgewählte sportmedizinische Aspekte im Kontext onkologischer sowie neurologischer/psychiatrischer Erkrankungen I	Modul 11	Renner
17:45 – 18:30	Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte: - Ausgewählte sportmedizinische Aspekte im Kontext onkologischer sowie neurologischer/psychiatrischer Erkrankungen II	Modul 11	Renner

**Sonntag, 24.03.2024**

07:00 – 07:45	Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte: - Sport in ausgewählten (Reha-)Gruppen	Modul 11	Knabe
<b>Frühstück</b>			
09:30 – 12:30	Kardiovaskulärer Schwerpunkt: Herzsport: - Rolle des Herzsports; Reha-Kette (4x 45min)	Modul 8	Ü-Leiter
<b>Mittagessen</b>			
14:00 – 14:45	Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte: - Ausgewählte sportmedizinische Aspekte im Kontext onkologischer sowie neurologischer/urologischer Erkrankungen I	Modul 11	Renner
14:45 – 15:30	Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte: - Ausgewählte sportmedizinische Aspekte im Kontext onkologischer sowie neurologischer/urologischer Erkrankungen II	Modul 11	Renner
<b>Kaffeepause</b>			
16:00 – 16:45	Spezielle Aspekte in der Sportmedizin: Nahrungsmittel, Pharmaka und Doping sowie rechtliche und ethische Aspekte: - Ausgewählte Aspekte im Freizeit- und im Leistungssport I	Modul 15	Dahm
16:45 – 17:30	Spezielle Aspekte in der Sportmedizin: Nahrungsmittel, Pharmaka und Doping sowie rechtliche und ethische Aspekte: - Ausgewählte Aspekte im Freizeit- und im Leistungssport II	Modul 15	Dahm

## Montag 25.03.2024

07:00 – 07:45	Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte: - Sport in ausgewählten (Reha-)Gruppen	Modul 11	Knabe
<b>Frühstück</b>			
09:30 – 12:30	Kardiovaskulärer Schwerpunkt: Herzsport: - Ausgewählte präventive Aspekte von Alltagsbewegungen und Freizeitsport (4x 45min)	Modul 8	Ü-Leiter
<b>Mittagessen</b>			
14:00 – 14:45	Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte: - Ausgewählte sportmedizinische Aspekte im Kontext neurodegenerativer und ökologischer Erkrankungen I	Modul 11	Renner
14:45 – 15:30	Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte: - Ausgewählte sportmedizinische Aspekte im Kontext neurodegenerativer und ökologischer Erkrankungen II	Modul 11	Renner
<b>Kaffeepause</b>			
16:00 – 16:45	Spezielle Aspekte in der Sportmedizin: Nahrungsmittel, Pharmaka und Doping sowie rechtliche und ethische Aspekte: - Ausgewählte Aspekte von Radsport und Kraft-/Kampfsport I	Modul 15	Dahm
16:45 – 17:30	Spezielle Aspekte in der Sportmedizin: Nahrungsmittel, Pharmaka und Doping sowie rechtliche und ethische Aspekte: - Ausgewählte Aspekte von Radsport und Kraft-/Kampfsport II	Modul 15	Dahm

## Dienstag 26.03.2024

07:00 – 07:45	Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte: - Ausgewählte Aspekte von Gymnastik, Tanzen, Turnen unter Berücksichtigung der Prävention u. Therapie onkologischer, neurologischer und psychiatrischer Erkrankungen	Modul 11	Knabe
<b>Frühstück</b>			
09:30 – 12:30	Sportmedizinische internistische/kardiologische Grundlagen: - Ausgewählte Aspekte von Leichtathletik, Spilsportarten (4x 45min)	Modul 7	Ü-Leiter
<b>Mittagessen</b>			
14:00 – 14:45	Kardiovaskulärer Schwerpunkt: Herzsport: - Prävention bis Therapie im Kontext kardiovaskulärer Erkrankungen, inkl. Myokarditis I	Modul 8	Dahm
14:45 – 15:30	Kardiovaskulärer Schwerpunkt: Herzsport: - Prävention bis Therapie im Kontext kardiovaskulärer Erkrankungen, inkl. Myokarditis II	Modul 8	Dahm
<b>Kaffeepause</b>			
16:00 – 16:45	Spezielle Aspekte in der Sportmedizin: Nahrungsmittel, Pharmaka und Doping sowie rechtliche und ethische Aspekte: - Kritische Beleuchtung von Nahrungsmitteln, Substitution, Medikamenten im Sport und Doping; Dopinganalytik I	Modul 15	Renner
16:45 – 17:30	Spezielle Aspekte in der Sportmedizin: Nahrungsmittel, Pharmaka und Doping sowie rechtliche und ethische Aspekte: - Kritische Beleuchtung von Nahrungsmitteln, Substitution, Medikamenten im Sport und Doping; Dopinganalytik II	Modul 15	Renner

### Mittwoch 27.03.2024

07:00 – 07:45	Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte: - Ausgewählte Aspekte von Gymnastik, Tanzen, Turnen unter Berücksichtigung der Prävention u. Therapie onkologischer, neurologischer und psychiatrischer Erkrankungen	Modul 11	Knabe
<b>Frühstück</b>			
09:30 – 12:30	Sportmedizinische internistische/kardiologische Grundlagen: - Ausgewählte Aspekte von Leichtathletik, Sportsportarten (4x 45min)	Modul 7	Ü-Leiter
<b>Mittagessen</b>			
14:00 – 14:45	Kardiovaskulärer Schwerpunkt: Herzsport: - Ausgewählte präventive Aspekte von Alltagsbewegungen und Freizeitsport	Modul 8	Dahm
14:45 – 15:30	Kardiovaskulärer Schwerpunkt: Herzsport: - Ausgewählte präventive Aspekte von Alltagsbewegungen und Freizeitsport	Modul 8	Dahm
<b>Kaffeepause</b>			
16:00 – 16:45	Spezielle Aspekte in der Sportmedizin: Nahrungsmittel, Pharmaka und Doping sowie rechtliche und ethische Aspekte: - Ausgewählte ethische, (gesundheits-)politische Aspekte im Freizeit- und Leistungssport sowie der sportmedizinischen Tätigkeit I	Modul 15	Dahm
16:45 – 17:30	Spezielle Aspekte in der Sportmedizin: Nahrungsmittel, Pharmaka und Doping sowie rechtliche und ethische Aspekte: - Ausgewählte ethische, (gesundheits-)politische Aspekte im Freizeit- und Leistungssport sowie der sportmedizinischen Tätigkeit II	Modul 15	Dahm

### Donnerstag 28.03.2024

07:00 – 07:45	Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte: - Ausgewählte sportdidaktische Aspekte im Kontext neurodegenerativer und onkologischer Erkrankungen	Modul 11	Knabe
<b>Frühstück</b>			
09:30 – 12:30	Spezielle Aspekte in der Sportmedizin: Nahrungsmittel, Pharmaka und Doping sowie rechtliche und ethische Aspekte: - Ausgewählte Aspekte von Radsport und Kraft/Kampfsport (4x 45 min)	Modul 15	Ü-Leiter
<b>Mittagessen</b>			
14:00 – 14:45	Kardiovaskulärer Schwerpunkt: Herzsport: - Ausgewählte präventive Aspekte des Herzsports	Modul 8	Dahm
14:45 – 15:30	Kardiovaskulärer Schwerpunkt: Herzsport: - Rolle des Herzsports; Reha-Kette	Modul 8	Dahm
<b>Kaffeepause</b>			
16:00 – 16:45	Sportmedizinische internistische/kardiologische Grundlagen: - Anatomische und physiologische Adaptationen des Herz-Kreislaufsystems, der Gefäße, des Bluts und der blutbildenden Organe; Sportherz, Sportler-EKG I	Modul 7	Renner
16:45 – 17:30	Sportmedizinische internistische/kardiologische Grundlagen: - Anatomische und physiologische Adaptationen des Herz-Kreislaufsystems, der Gefäße, des Bluts und der blutbildenden Organe; Sportherz, Sportler-EKG II	Modul 7	Renner

## Freitag 29.03.2024

07:00 – 07:45	Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte: - Ausgewählte sportdidaktische Aspekte im Kontext neurodegenerativer und onkologischer Erkrankungen	Modul 11	Knabe
<b>Frühstück</b>			
09:30 – 12:30	Spezielle Aspekte in der Sportmedizin: Nahrungsmittel, Pharmaka und Doping sowie rechtliche und ethische Aspekte: - Ausgewählte Aspekte im Freizeit und im Leistungssport (4x 45 min)	Modul 15	Ü-Leiter
<b>Mittagessen</b>			
14:00 – 14:45	Sportmedizinische internistische/kardiologische Grundlagen: - Beurteilung der kardio-pulmonalen Leistungsfähigkeit I	Modul 7	Dahm
14:45 – 15:30	Sportmedizinische internistische/kardiologische Grundlagen: - Beurteilung der kardio-pulmonalen Leistungsfähigkeit II	Modul 7	Dahm
<b>Kaffeepause</b>			
16:00 – 16:45	Sportmedizinische internistische/kardiologische Grundlagen: - Bewegungsförderung in der Prävention ausgewählter kardiovaskulärer Erkrankungen und Risikofaktoren	Modul 7	Dahm
16:45 – 17:30	Sportmedizinische internistische/kardiologische Grundlagen: - Bewegungsförderung in der Prävention ausgewählter kardiovaskulärer Erkrankungen und Risikofaktoren	Modul 7	Dahm

## Samstag 30.03.2024

07:00 – 07:45      Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte:  
- Ausgewählte sportdidaktische Aspekte im Kontext neurodegenerativer und onkologischer Erkrankungen      Modul 11      Renner

### Frühstück

09:30 – 10:15      Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte:  
- Ausgewählte sportmedizinische Aspekte im Kontext onkologischer sowie neurologischer Erkrankungen      Modul 11      Renner

10:15 – 11:00      Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte:  
- Ausgewählte sportmedizinische Aspekte im Kontext onkologischer sowie neurologisch/psychiatrischer Erkrankungen      Modul 11      Renner

### Kaffeepause

11:15 – 12:00      Sportmedizinische internistische/kardiologische Grundlagen:  
- Ausgewählte Aspekte im Freizeit- und im Leistungssport      Modul 7      Dahm

12:00 – 12:45      Sportmedizinische internistische/kardiologische Grundlagen:  
- Ausgewählte Aspekte von Leichtathletik, Spilsportarten      Modul 7      Dahm

13:00 – 13:45      Onkologische und neurologisch/psychiatrisch Schwerpunkte:  
- Sport in ausgewählten (Reha-)Gruppen      Modul 11      Renner

13:45 – 14:30      Zusammenfassung/Evaluation/Verabschiedung      Dahm

## Täglich: Praxis der Sportmedizin (Kurseinschreibung)

### Vormittags (07:00-07:45 Uhr):

Schwimmen, Walken, Laufen, Frühsport, Gymnastik

### Vormittags (09:30-12:30 Uhr)

- Radtraining, Trendsport, Tennis, Golf
- **Work-out (J. Knabe):** Functional Movemen Screen, das 1-min Work-out, Strong-medicine-Widerstands & Basic Cardio Training, Functional Training, McGill-Methode Rückschmerztraining
- **Yoga, Meditation, Pilates (Übungsleiter)**
- **Spinning, Slackline, Padel Tennis (Übungsleiter)**

### Referenten: (Stand 07.07.2023)

- Prof. Dr. Johannes B. Dahm, Kardiologe-Angiologe-Sportmedizin-Sportkardiologie 3, Herz-& Gefäßzentrum und HerzSport-Institut Göttingen, Mannschaftsarzt BG Göttingen Basketballbundesliga
- Dr. Peter Renner, Innere Medizin-Sportmedizin, Klinikum Nürnberg, Sportmedizinisches MVZ
- Johannes Knabe, Sportwissenschaftler, Personal Trainer, Köln