

Sportmedizinische Fortbildung für Übungsleiter/innen

Thema: "Sport bei Osteoporose"

Tag/Zeit	Thema	Referent
Samstag, 29. Juni 2019		
08.30-09.00	Anmeldung	
09.00-09.20	Begrüßung, Einführung in die Thematik	Krakor
09.20-10.30	Orthopädische und sporttherapeutische Aspekte der Osteoporose	Groll
10.30-11.00	Pause	
11.00-12.30	Praxis I: funktionelle Gymnastik ohne und mit einfachen Hilfsmitteln, Koordinationsschulung	Hoffmeyer
12.30-13.30	Mittagessen	
14.30-15.00	Aktiv gegen Osteoporose - trainingswissen- schaftliche Aspekte von Sport- und Bewegungs- konzepten bei Osteoporose	Krakor
15.00-15.30	Pause	
15.30-17.00	Praxis II: Sinn oder Unsinn von Aqua-Gymnastik bei Osteoporose	Diedrich

Unterrichtszeit: 6,00 Zeitstunden, entspricht 8 Lerneinheiten (à ¾ Std.)

ReferentInnen

Anne Diedrich, Physiotherapeutin, Masseurin und med. Bademeisterin, Abt. physikalische Therapie in der Sportklinik Hellersen, GZH in der Sportklinik e.V.

Andreas Groll, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Sportmedizin, Medizinisches Versorgungszentrum an der Sportklinik Hellersen

Elke Hoffmeyer, Sporttherapeutin, Ergonomie- und Ernährungsberaterin, Reha-Zentrum Iserlohn, GZH in der Sportklinik e.V.

Stefan Krakor, Leitender Sporttherapeut, GZH in der Sportklinik e.V.

Die Veranstaltung findet in Kooperation des Gesundheitszentrums Hellersen mit der Sportklinik Hellersen, dem Kreissportbund MK und dem Sportärztebund Westfalen statt.