



## **Montag, 21.10.2024**

07:15 – 08:15 **Praxis der Sportmedizin:  
Frühsport, Gymnastik, Laufen, Schwimmen**

*Frühstück*

09:30 – 14:30 **Praxis der Sportmedizin:  
Radsport *Radsportteam*;**

15:30 – 16:30 **Verbandsärztliche Tätigkeit – praktische Beispiele aus Paris 2024**  
Leonie

16:30 – 17:30 **Höhentraining – Theorie und praktische Erfahrungen**  
*David, Timo, Andreas*

17:45 – 19:00 **Magendarmtrakt und Ausdauersport**  
*Leonie*

*Abendessen*

20:30– 21:30 **Round-Table Marathonlesitungen der letzten Jahre**

## **Dienstag, 22.10.2024**

07:15 – 08:15 **Praxis der Sportmedizin:  
Frühsport, Gymnastik, Laufen, Schwimmen**

*Frühstück*

09:30 – 14:30 **Praxis der Sportmedizin:  
Radsport *Radsportteam***

15:30 – 16:30 **Erstversorgung bei traumatischen Sportverletzungen**  
*Uli*

16:30 – 17:30 **Praktische Trainingsempfehlungen**  
*Timo*

17:45 – 19:00 **Querschnittsverletzung, Rekonvaleszenz, Reha**  
*Diana*

*Abendessen*

20:30– 21:30 **Round-Table**

### **Mittwoch, 23.10.2024**

07:15 – 08:15 **Praxis der Sportmedizin:  
Frühspport, Gymnastik, Laufen, Schwimmen**

#### *Frühstück*

09:30 – 14:30 **individuelles Sportprogramm: Radeinheit, Laufeinheit, Strand...  
Radsport**

16:00 – 17:00 **Herzveränderungen durch (Leistungs-)Sport: EKG, TTE**  
*David*

17:15 – 18:00 **Der neue Trend: Laufen mit Carbon (warum? Für wen? No problem?)**  
*Uli*

18:00 - 19:00 **Sport und Haut – mehr als Wundversorgung**  
*Julian*

#### *Abendessen*

20:30– 21:30 **Round-Table**

### **Donnerstag, 24.10.2024**

07:15 – 08:15 **Praxis der Sportmedizin:  
Frühspport, Gymnastik, Laufen, Schwimmen**

#### *Frühstück*

09:30 – 17:00 **Lange Radeinheit, ggf. mit kurzem Koppellauf**

18:00 – 19:00 **Regeneration im Sport**  
*Andreas, Timo*

20:30– 21:30 **Round-Table**

### **Freitag, 25.10.2024**

07:15 – 08:15 **Praxis der Sportmedizin:  
Frühspport, Gymnastik, Laufen, Schwimmen**

#### *Frühstück*

09:30 – 14:30 **Praxis der Sportmedizin:  
Radsport *Radsportteam***

15:30 – 16:30 **Sportmedizinische bzw. sportorthopädische Aspekte beim IRONMAN:  
Training und Wettkampf**  
*Uli*

16.45 – 18:00 **Sport und Psyche, Motivation. Der Umgang mit Rückschlägen**  
*Timo*

*Abendessen*

20:30– 21:30 **Round-Table**

**Samstag, 26.10.2024**

07:15 – 08:15 **Praxis der Sportmedizin:  
Frühsport, Gymnastik, Laufen, Schwimmen**

*Frühstück*

09:30 – 10:30 **Verabschiedung/ Zusammenfassung**

Zeitberechnung So – Sa

Sportmedizinische Aspekte des Sports (insgesamt 32 Stunden)

07:15 – 08:15 = So-Fr = 6 x 60min. = 360 Min.

09:30 – 12:30 = So -Fr = 6 x 180min. = 1080 Min.

Berechnung  $360 + 1080 \div 45 = 32$  Std. / Zeiteinheiten

Zeitberechnung Sportmedizin (insgesamt 32 Stunden)

Die Kategorien Sportmedizin

Modul/ZTK 7 Kat. A 2 Std./ E 6 Std.

Modul/ZTK 9 Kat. C 2 Std./ F 6 Std.

Modul/ZTK 13 Kat. A 2 Std./ E 4 Std./ G 2 Std.

Modul/ZTK 15 Kat. C 3 Std./ I 5 Std.

Summe

8

8

8

8

Theorieteil: Summe 32 Zeiteinheiten à 45 Minuten Theorieeinheiten „Theorie und Praxis der Sportmedizin“ (A-I).

Praxisteil: 32 Zeiteinheiten „Theorie und Praxis sportmedizinischer Aspekte des Sports“ (1-9)

Insgesamt 64 Zeiteinheiten

Entsprechend 4 ZTK/ Modulen.