

Sportmedizinische Weiterbildung "Fiesta Sportiva Medicina"

Mit Weltklasse- Triathlet und Coach Timo Bracht unter ärztlicher Leitung von Dr. Andreas Kästner

2. Fachfortbildung Sportmedizin Mallorca 21.-28.10.2023

32 Std. Theorie, 32 Std. Praxis, 4 Module/ZTK (7, 9, 13, 15)
nach WBO 2018 und Kursbuch 2022

Referenten und Trainer: Dr. Andreas Kästner (Medizinische Leitung), Timo Bracht (Sportliche Leitung), Dr. Leonie Konczalla, Benjamin Rudiger, Prof. Dr. Achim Kabitz, Dr. Leonie Konczalla, Prof. Dr. Anja Hirschmüller und Dirk Lederer

Samstag, 21.10.2023

ab 15:00 Uhr	Anmeldung, Kurseinschreibung	
16:00 – 16:30	Anpassung und Übernahme Leihräder	
16:00 – 17:00	Vorstellung: Kurs, Referenten, Übungsleiter (Radsport, Schwimmen, Individualsport, Inhalte)	
17:00 – 19:00	Grundlagen der Sportmedizin im Jugend- und Erwachsenenalter <i>Kästner, Hirschmüller</i>	<i>Modul 13G</i>
20:45 – 21:45	Round-Table (Bar 1.OG): Anpassung, Training, Prävention, Metabolik <i>Kästner, Bracht</i>	<i>Modul 7A</i>

Sonntag, 22.10.2023

07:15 – 08:15	Praxis der Sportmedizin: Frühsport, Gymnastik, Laufen, Schwimmen (Kurseinschreibung) <i>Bracht, Kästner, Lederer</i>	
<i>Frühstück</i>		
09:30 – 12:30	Praxis der Sportmedizin: Radsport Radsportteam; Trendsport Übungsleiterteam	
<i>Mittagspause</i>		
14.30 – 15.15	Herz-Kreislaufsystem 1: Physiologische Grundlagen <i>Kästner</i>	<i>Modul 7E</i>
15:15 – 16:00	Atemapparat, Atemtraining <i>Kabitz</i>	<i>Modul 7E</i>
<i>Kaffeepause</i>		
16:30 – 17:15	Anpassung, Training (Kreislaufsystem 2) (Herz, Herzspirt, Prävention) <i>Kästner, Bracht</i>	<i>Modul 7E</i>
17:15 – 18:00	Atemphysiologie (Atemtraining, COPD, Asthma) <i>Kabitz</i>	<i>Modul 7E</i>
<i>Abendessen</i>		
20:15– 21:15	Round-Table (Bar 1.OG): Anpassung, Training, Prävention, Metabolik <i>Kästner, Bracht</i>	<i>Modul 7A</i>

Montag, 23.10.2023

07:15 – 08:15	Praxis der Sportmedizin: Frühsport, Gymnastik, Laufen, Schwimmen <i>Bracht, Kästner, Lederer</i>	
<i>Frühstück</i>		
09:30 – 12:30	Praxis der Sportmedizin: Radsport <i>Radsportteam; Trendsport Übungsleiterteam</i>	
<i>Mittagspause</i>		
14:30 – 16:00	Stoffwechsel, Immunsystem <i>Kästner, Konczalla</i>	Modul 9F
<i>Kaffeepause</i>		
16:30 – 17:15	Sport und Infektprophylaxe <i>Konczalla, Kabitz</i>	Modul 9F
17:15 – 18:00	Sport und Hormonsystem <i>Konczalla</i>	Modul 9F
18:00 – 19:00	Nahrungsergänzungsmittel und Dopingfallen <i>Kästner</i>	Modul 15C
<i>Abendessen</i>		
20:15– 21:15	Round-Table: Dopingproblematik <i>Kästner, Bracht</i>	Modul 9C

Dienstag, 24.10.2023

07:15 – 08:15	Praxis der Sportmedizin: Frühsport, Gymnastik, Laufen, Schwimmen <i>Bracht, Kästner, Lederer</i>	
<i>Frühstück</i>		
09:30 – 12:30	Praxis der Sportmedizin: Radsport <i>Radsportteam; Trendsport Übungsleiterteam</i>	
<i>Mittagspause</i>		
14:30 – 16:00	Höhentraining und Atmung <i>Kabitz</i>	Modul 7E
<i>Kaffeepause</i>		
16:30 – 18:00	Sport zur Therapie bei Lungenerkrankungen <i>Lederer, Kabitz, Kästner</i>	Modul 7E
<i>Abendessen</i>		
20:15– 21:15	Round-Table: Optimale Versorgung im Langstreckentriathlon <i>Bracht, Konczalla</i>	Modul 9C

Mittwoch, 25.10.2023

07:15 – 08:15	Praxis der Sportmedizin: Frühsport, Gymnastik, Laufen, Schwimmen <i>Bracht, Kästner, Lederer</i>	
<i>Frühstück</i>		

09:30 – 12:30	Praxis der Sportmedizin: Radsport <i>Radsportteam; Trendsport Übungsleiterteam</i>	
<i>Mittagspause</i>		
14:30 – 16:00	Verdauungssystem und Sport <i>Konczalla, Kästner</i>	<i>Modul 9F</i>
<i>Kaffeepause</i>		
16:30 – 18:00	Wasser- und Elektrolythaushalt <i>Bracht, Kästner</i>	<i>Modul 9F</i>
18:00 - 19:00	Sport bei Hitze <i>Kästner</i>	<i>Modul 15C</i>
<i>Abendessen</i>		
20:15– 21:15	Round-Table: Vereinssport <i>Kästner, Hirschmüller</i>	<i>Modul 13A</i>

Donnerstag, 26.10.2023

07:15 – 08:15	Praxis der Sportmedizin: Frühspport, Gymnastik, Laufen, Schwimmen <i>Bracht, Kästner, Lederer</i>	
<i>Frühstück</i>		
09:30 – 12:30	Praxis der Sportmedizin: Radsport <i>Radsportteam; Trendsport Übungsleiterteam</i>	
<i>Mittagspause</i>		
14:30 – 15.15	Kinder- und Jugendsport <i>Rudiger, Bracht</i>	<i>Modul 13E</i>
15:15 – 16:00	Trainierbarkeit im Lebenszyklus <i>Rudiger, Lederer</i>	<i>Modul 13E</i>
<i>Kaffeepause</i>		
16:30 – 18:00	Sport bei Handicap <i>Rudiger, Lederer</i>	<i>Modul 13E</i>
18:00 - 19:00	Paralympischer Sport und (Anti-)Doping <i>Rudiger, Hirschmüller</i>	<i>Modul 15C</i>
<i>Abendessen</i>		
20:15– 21:15	Round-Table: Paralympische Betreuung <i>Hirschmüller, Lederer, Rudiger</i>	<i>Modul 13E</i>

Freitag, 27.10.2023

07:15 – 08:15	Praxis der Sportmedizin: Frühspport, Gymnastik, Laufen, Schwimmen <i>Bracht, Kästner, Lederer</i>	
<i>Frühstück</i>		
09:30 – 12:30	Praxis der Sportmedizin: Radsport <i>Radsportteam; Trendsport Übungsleiterteam</i>	
<i>Mittagspause</i>		

14.30 – 16:00	Ethik, Antidoping <i>Kästner, Bracht</i>	<i>Modul 15I</i>
<i>Kaffeepause</i>		
16.30 – 18:00	NADA, WADA, DOSP, Kaderwesen <i>Kästner, Bracht, Konczalla</i>	<i>Modul 15I</i>
<i>Abendessen</i>		
20:15– 21:15	Round-Table: Trainingsaufbau im Breitensport <i>Hirschmüller, Bracht, Lederer</i>	<i>Modul 13A</i>

Samstag, 28.10.2023

07:15 – 08:15	Praxis der Sportmedizin: Frühsport, Gymnastik, Laufen, Schwimmen <i>Bracht, Kästner, Lederer</i>	
<i>Frühstück</i>		
09:30 – 12:30	Praxis der Sportmedizin: Radsport <i>Radsportteam</i> ; Trendsport <i>Übungsleiterteam</i>	
<i>Mittagspause</i>		
14.30 – 16:30	Praxis der Sportmedizin (Behinderten- und Rehasport) <i>Rudiger, Hirschmüller</i>	<i>Modul 15I</i>
ab 16:30	Zusammenfassung/Verschiedenes/Verabschiedung/Evaluation <i>Kästner, Bracht</i>	

Täglich Praxis der Sportmedizin

Vormittags (07:15-08:15 Uhr):

Schwimmen, Laufen, Work-out, Gymnastik

Vormittags (09:30-12:30 Uhr)

Radtraining, Leichtathletik, Trendsport, Ballspiele

Basic Cardio Training, Functional Training

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 380 + 1080 ./ 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  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.

Referenten:

Dr. med. Andreas Kästner, Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie, Sportmedizin, DGK Zusatzqualifikation Sportkardiologie Stufe 3, Leitender Verbandsarzt Deutscher Schwimmverband.

Timo Bracht, Weltklasse- Triathlet und Coach, Sportwissenschaftler, mehrfacher Ironman- Sieger und Ironman- Europameister.

Dirk Lederer, Physiotherapeut msc., Sportlehrer und Osteopath.

Dr. med. Leonie Konczalla, Allgemein Chirurgie UKE Hamburg, nationale Spitzenathletin mit Profilizenz IRONMAN.

Prof. Dr. Anja Hirschmüller, Altius Swiss Sportmed Center Rheinfelden, Leitende Ärztin, FachArztin für Orthopädie und Unfallchirurgie , Sportmedizin DGSP und SEMS, Ultraschall diagnostik DEGUM und SGUM, Manuelle Medizin/Chirotherapie, Leitende VerbansArztin Leistungssport DBS.

Prof. Dr. Achim Kabitz, Chefarzt Klinik für Pneumologie und Schlafmedizin am Kantonsspital in Aarau.