



**ORTHOPÄDIE**  
**UNFALLCHIRURGIE**  
**CHIEMGAU**  
BERCHTESGADENER LAND



die-chancegeber.de



CJD Asthmazentrum Berchtesgaden  
Buchenhöhe 46  
83471 Berchtesgaden  
Tel. 08652 6000-141  
Fax 08652 6000-274  
i.oberpeilsteiner@cjd.de  
www.cjd-asthmazentrum.de

## Sportmedizinische Fort- und Weiterbildung Berchtesgaden

im CJD Asthmazentrum Berchtesgaden in Zusammenarbeit mit dem Bayerischen Sportärzterverband (BSÄV) und der Bayerischen Landesärztekammer (BLÄK)

### Kurspaket D:

Wochenkurs V: 8.3.-12.3.10

Wochenendkurs 2: 13./14.3.10

Tagungsleitung: L. Kistenmacher, H. Langhof, J. Lecheler



**Wochenkurs V: Orthopädisch, internistische und pädiatrische Sportmedizin, Höhenmedizin, sportmedizinische Aspekte des Wintersports, des Schwimmens, der Sportspiele und des Behindertensports**

Weiterbildungsstunden: B/5h, E/5h, F/5h, G/5h 3/5h, 4/5h, 6/5h, 8/5h

**Montag 8.3.2010 Internistische Sportmedizin, Sport mit kranken Senioren, Sportspiele**

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Kategorie/Stunden
8.00	Anreise/ Get together		
8.30	Begrüßung der Teilnehmer und Einführung	<i>Lecheler</i>	
9.00 – 10.30	Aerobe und anaerobe Leistungsdiagnostik im Wintersport (V) <b>Pause</b>	<i>Zelger</i>	E / 2h
11.00 – 12.30	Circensische Spiele (P) <b>Mittagspause</b>	<i>Huber</i>	3 / 2h
14.30 – 16.00	Bewegung und Primärprävention von Arteriosklerose (V) im Rehasentrum Bayerisch Gmain Klinik Hochstaufen <b>Pause</b>	<i>Altstidl</i>	E / 2h
16.15 – 17.15	Hockergymnastik, Krafttraining mit kranken Senioren (P) im Rehasentrum Bayerisch Gmain Klinik Hochstaufen	<i>Heimbold-Wiskow</i>	6 / 1h
17.15 – 18.00	Sport bei Herzkrankheiten (V) im Rehasentrum Bayerisch Gmain Klinik Hochstaufen	<i>Altstidl</i>	E / 1h

**Dienstag 9.3.2010 Orthopädie der Schulter und pädiatrische Sportmedizin**

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Kategorie/Stunden
8.30 – 9.00	Anatomie und Biomechanik der Schulter (V)	<i>Kistenmacher</i>	B / 1h
9.00 – 10.30	Untersuchungstechnik der Schulter (V) <b>Pause</b>	<i>Kistenmacher</i>	B / 2h
10.45 – 11.30	Trainierbarkeit von Kindern (V)	<i>Zelger</i>	G / 1h
11.30 – 12.15	Belastbarkeit von Kindern (V) <b>Mittagspause</b>	<i>Zelger</i>	G / 1h
14.00 – 14.45	Leistungssport von Kindern (V) <b>Pause</b>	<i>Zelger</i>	G / 1h
15.00 – 16.30	Degenerative Veränderungen und Verletzungen (V) der Schulter	<i>Kistenmacher</i>	B / 2h

### Mittwoch 10.3.2010 Leistungssport mit Kindern, Bergmedizin, Schwimmtraining

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Kategorie/Stunden
8.30 – 9.15	Leistungssport mit Kindern: Skilanglauf (V)	<i>Wille/ Lecheler</i>	G / 1h
9.15 – 10.00	Leistungssport mit Kindern: Biathlon (V)	<i>Schelble/ Lecheler</i>	G / 1h
	<b>Mittagspause</b>		
10.30 – 14.30	Sportmedizinische Aspekte des Schwimmens: Schwimmstile, Technik; (P) Watzmanntherme	<i>Hinterleitner</i>	4 / 5h
	<b>Pause</b>		
15.00 – 16.00	Bergung und „handling“ von Lawinenopfern Bergwachthaus, Vorderbrandstr.	<i>Kaukewitsch</i>	F / 1h

### Donnerstag 11.3.2010 Skilanglauf, Berg- und Höhenmedizin

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Kategorie/Stunden
8.30 – 12.30	Sportmedizinische Aspekte des Skilanglaufs: diagonale und Skating-Technik, Trainingsmethoden (P)	<i>Wille/Lenz</i>	8 / 5h
	<b>Mittagspause</b>		
16.00 – 16.45	Physiologie der Höhenanpassung (V)	<i>Schaffert</i>	F / 1h
16.45 – 18.15	Höhenkrankheiten und deren therapeutische Optionen (V)	<i>Schaffert</i>	F / 2h
18.15 – 19.00	Trekkingmedizin (V)	<i>Schaffert</i>	F / 1h

### Freitag 12.3.2010 Behindertensport, Sportspiele

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Kategorie/Stunden
8.30 – 12.00	Sportmedizinische Aspekte der alpinen Skidisziplinen als Behindertensport (P)	<i>Grassl/Lotz</i>	6 / 4h
	<b>Mittagspause</b>		
14.00 – 16.15	Sportmedizinische Aspekte der Sportspiele: kleine Spiele, Hallenhockey (P)	<i>Vetters</i>	3 / 3h

**Wochenendkurs 2: Biologische Grundlagen, orthopädische Sportmedizin, sportmedizinische Aspekte der Bewegungs- und Trainingslehre am Beispiel Riesentorlauf, sportmedizinische Aspekte der Gymnastik (Aquatraining)**

Weiterbildungsstunden: A/2,5h B/5h 1/5h 2/2,5h

**Samstag 13.3.2010 Orthopädie der Wirbelsäule , Aquatraining**

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Kategorie/Stunden
9.30 – 10.15	Anatomie und Physiologie der Wirbelsäule (V) <b>Pause</b>	<i>Kistenmacher</i>	B / 1h
10.30 – 12.00	Untersuchungstechniken der Wirbelsäule (V) <b>Mittagspause</b>	<i>Kistenmacher</i>	B / 2h
14.00 – 15.30	Degenerative Erkrankungen und Verletzungen der Wirbelsäule (V) <b>Pause</b>	<i>Kistenmacher</i>	B / 2h
16.00 – 18.00	Leistungsoptimierung durch Ergänzungstraining anhand von „Z-Aquatraining“ t.m. (P)	<i>Zeitvogel- Schönthier/ Schönthier</i>	2 / 2,5h

**Sonntag 14.3.2010 Leistung & Ernährung; Training, Technik & Didaktik Riesentorlauf**

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Kategorie/Stunden
8.00 – 10.00	Ernährung als biologische Grundlage für Leistung (V) <b>Pause</b>	<i>Veitl</i>	A/ 2,5h
10.30 – 14.30	Sportmedizinische Aspekte der Bewegungs- und Trainingslehre am Beispiel Riesentorlauf (P)	<i>Thielen</i>	1 / 5h

V = Vortrag, P = Praxis des Sports

## Organisatorisches

**Tagungsleitung:** L. Kistenmacher, H. Langhof, J. Lecheler

gemeinsam veranstaltet von: CJD Asthmazentrum Berchtesgaden, Mittendorff Institut Berchtesgaden sowie der orts- und fachübergreifenden Gemeinschaftspraxis (OUCC) Chiemgau/Berchtesgadener Land und in Zusammenarbeit mit dem Lehrstuhl für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin der Technischen Universität München (Prof. Dr. med. M. Halle) bzw. dem Bayerischen Sportärzterverband

**Tagungsort:** CJD Asthmazentrum Berchtesgaden, Saal Scheffau/ Sportstätten

**Anmeldung:** mit beigefügtem Formular baldmöglichst beim CJD Asthmazentrum Berchtesgaden, Buchenhöhe 46, 83471 Berchtesgaden, Frau Oberpeilsteiner, Tel. 08652 6000-141, Fax 08652 6000-274, [i.oberpeilsteiner@cjd.de](mailto:i.oberpeilsteiner@cjd.de). Die Anmeldung ist nur gültig bei gleichzeitiger Überweisung der Kursgebühr an das Mittendorff Institut, Konto 330 56 94 bei der Volksbank Raiffeisenbank Berchtesgadener Land, BLZ 710 900 00)

**Termine:** Kurspaket D:

Wochenkurs V	Wochenendkurs 2
8.3.-12.3.10	13./14.3.10

**Kursgebühr:**

**für das gesamte Kurspaket D:** Euro 700.- bzw. 630,- für Mitglieder des Sportärzterverbandes, incl. Mittagessen oder Lunchpaket, Kaffee vormittags und nachmittags.

**für Wochenendkurs 2:** Euro 180.- (10% Ermäßigung für Mitglieder des Sportärzterverbandes), incl. Mittagessen oder Lunchpaket, Kaffee vormittags und nachmittags.

**für Wochenkurs V:** Euro 550.- (10% Ermäßigung für Mitglieder des Sportärzterverbandes), incl. Mittagessen oder Lunchpaket, Kaffee vormittags und nachmittags.

**Ausrüstung:** Hallenschuhe und Hallenbekleidung, Schwimmutensilien, Wintersportbekleidung und festes Schuhwerk. Skilanglaufset, Alpinskiset, ggf. Skitourenausrüstung, Tagesrucksack.

Ausgeliehen werden können: Langlaufski und -schuhe und Alpinskiausrüstung in Geschäften am Ort auf Eigeninitiative. Liftkosten werden anfallen.

**Für Sportunfälle wird keine Haftung übernommen**

**Voraussichtliche Termine 2010:** 25.9. - 3.10.2010

Vorbehaltlich der Anerkennung durch die Bayerische Landesärztekammer ergeben sich folgende Weiterbildungsstunden:

### Sportmedizin (27,5h)

Kategorie A	B	C	D	E	F	G	H	J	
Stunden	2,5	10	0	0	5	5	5	0	0

### Sportmed. Aspekte des Sports (27,5h)

Kategorie 1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Stunden	5	2,5	5	5	0	5	0	5	0

## Referenten / Übungsleiter

### **Altstidl, Robert**

Oberarzt Kardiologie, Rehasentrum Bayerisch Gmain Klinik Hochstaufer, Herkommerstr.2, 83457 Bayerisch Gmain

### **Grassl, Christian**

Behindertensportverband, Schusterbistlweg 14, 83483 Bischofswiesen

### **Heibold-Wiskow, Maria-Luise**

Diplomsportlehrerin, Rehasentrum Bayerisch Gmain Klinik Hochstaufer, Herkommerstr.2, 83457 Bayerisch Gmain

### **Hinterleitner, Sabine**

Schwimmtrainerin Landesschwimmverband Salzburg, Markt 358, A-5431 Kuchl

### **Huber, Martin**

Übungsleiter CJD Asthmazentrum, Buchenhöhe 46, 83471 Berchtesgaden

### **Kaukewitsch, Ralf-Martin**

Bergwachtarzt, Gewerbegasse 2, 83395 Freilassing

### **Kistenmacher, Lutz**

Dr.med., Orts- und fachübergreifende Gemeinschaftspraxis (OUCC), Orthopädie und Unfallchirurgie, Locksteinstr.16, 83471 Berchtesgaden

### **Langhof, Helmut**

Dr.med., Med.-wiss. Leiter Mittendorffinstitut, Zwingerstr.15, 83483 Bischofswiesen

### **Lecheler Josef**

Dr.med., Ärztl. Direktor CJD Asthmazentrum, Buchenhöhe 46, 83471 Berchtesgaden

### **Lenz, Florian**

Diplomsportlehrer CJD Asthmazentrum, Buchenhöhe 46, 83471 Berchtesgaden

### **Lotz, Karl**

Behindertensportverband, Schulstr.1, 83317 Weildorf

### **Schaffert, Wolfgang**

Dr.med., Internist, Expeditionsmedizin, Höpflingerweg2, 83313 Siegsdorf

### **Schelble, Gerd**

Trainer Biathlon, Bodnerring 6, 83471 Schönau am Königssee

### **Schönthier, Holger**

Sportheilpraktiker, Alte Saline 4, 83435 Bad Reichenhall

### **Thielen, Bernadette**

Jugendtrainer „alpin“, Hasenweide 4, 83471 Schönau am Königssee

### **Vetters, Torsten**

Diplomsportwissenschaftler, CJD Asthmazentrum, Buchenhöhe 46, 83471 Berchtesgaden

### **Veitl, Volker**

Dipl.-Troph., Dr., ehem. Leiter der med.-wiss. Abteilung, „Milupa“, Halleiner Landesstrasse 264, A-5412 Puch

### **Wille, Sigrid**

Mehrfache Deutsche Meisterin, Bronzemedaille WM 1999, Hammerlweg 6 83471 Schönau am Königssee

### **Zeitvogel-Schönthier, Margot**

Bewegungstherapeutin, staatl. anerkannte Gymnastiklehrerin, Alte Saline 4 83435 Bad Reichenhall

### **Zelger, Otto**

Dr.med., Lehrstuhl für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin, Technische Universität München, Conollystr.32, 80809 München

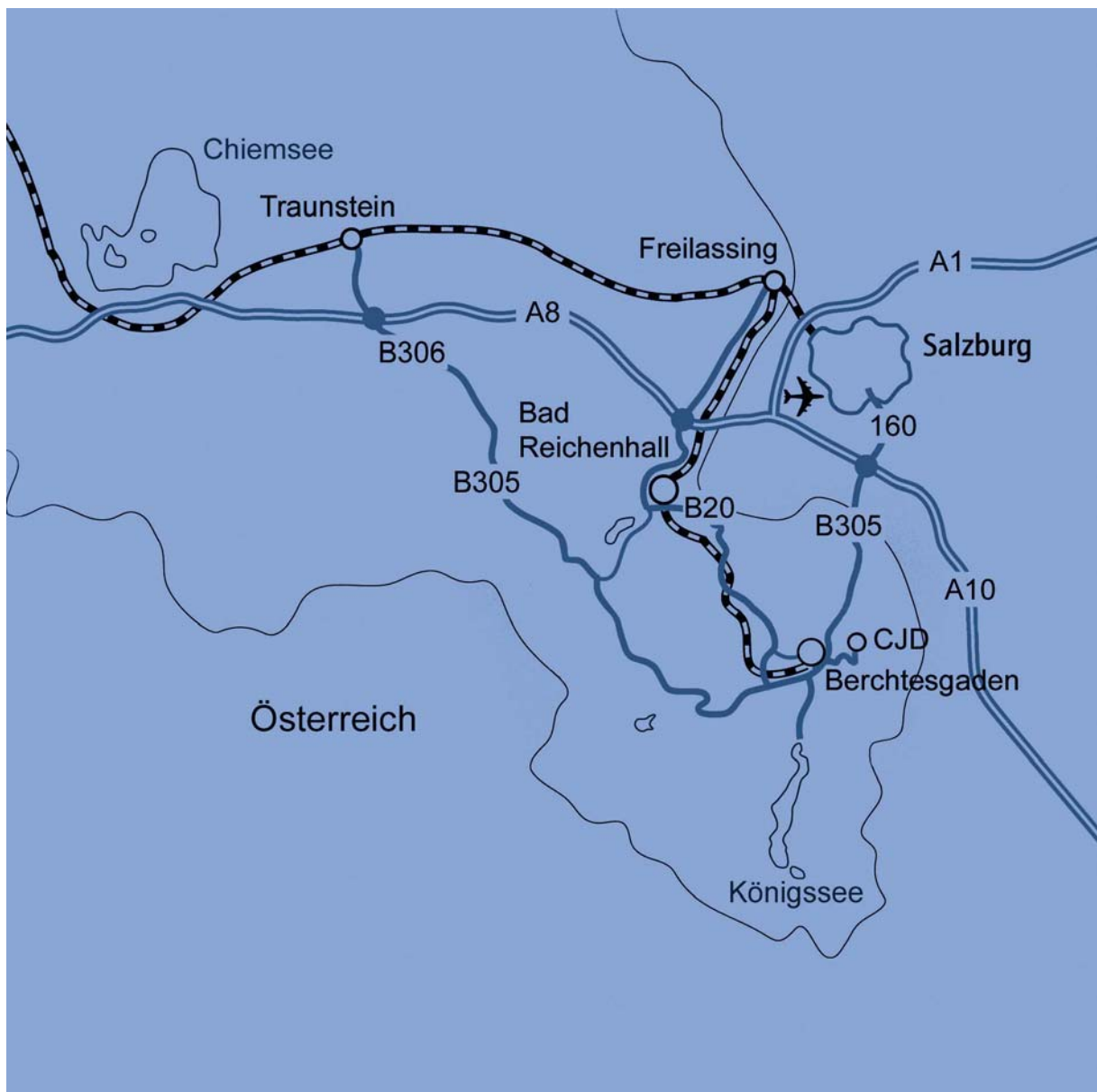
## Anreise

### Anreise mit dem Zug:

Bahnstation Berchtesgaden. Mit der Buslinie 838 vom Bahnhofsvorplatz in Richtung Hinterbrand bis zur Haltestelle Buchenhöhe

### Anreise mit dem Auto:

über die A8 München–Salzburg, Ausfahrt Bad Reichenhall, auf der B21 /B20 nach Berchtesgaden, dort rechts auf die B319 Richtung Obersalzberg/ Roßfeld/ Buchenhöhe; oder: A10 nach Österreich (Vignettenpflicht), Richtung Villach, Ausfahrt Salzburg Süd, auf der B305 bis Berchtesgaden, weiter s.o.



# Anmeldung

## Sportmedizinische Fort- und Weiterbildung Berchtesgaden

Bitte ankreuzen bzw. ausfüllen und zurückfaxen an 08652 6000-274  
oder per Post an

CJD Asthmazentrum Berchtesgaden  
z.H. Frau Oberpeilsteiner  
Buchenhöhe 46  
83471 Berchtesgaden  
Tel. 08652 6000 141  
Fax 08652 6000 274  
www.cjd-asthmazentrum.de

### Anmeldung zur sportmedizinischen Fortbildung

- für das gesamte Kurspaket D:** Euro 700.- bzw. 630.- für Mitglieder des Sportärzteverbandes, incl. Mittagessen oder Lunchpaket, Kaffee vormittags und nachmittags.
- für Wochenendkurs 2:** Euro 180.- (10% Ermäßigung für Mitglieder des Sportärzteverbandes), incl. Mittagessen oder Lunchpaket, Kaffee vormittags und nachmittags.
- für Wochenkurs V** Euro 550.- (10% Ermäßigung für Mitglieder des Sportärzteverbandes), incl. Mittagessen oder Lunchpaket, Kaffee vormittags und nachmittags.

Die Teilnahmegebühr überweise ich auf das Konto des Mittendorff Instituts, 330 56 94 bei der Volksbank Raiffeisenbank Berchtesgadener Land, BLZ 710 900 00, Stichwort: Sportmedizin

Einrichtung: .....

Titel/Vorname/Name des Anmelders: .....

Straße: .....

PLZ/Ort: .....

Telefon/Fax: .....

E-Mail: .....

.....  
Datum

.....  
Unterschrift