



Gelenkzentrum

RHEIN-MAIN

4. Sportmedizinische Woche

zum Ironman 70.3, 10.–12. August 2011

- + Sportmedizinische Punkte
- + Fortbildungspunkte
- + Zertifikat für B-/C-Schwimmtrainer

Weiterbildung für Ärzte und Physiotherapeuten

Liebe Physiotherapeuten, Sportwissenschaftler, Schwimmtrainer und Ärzte,

zum fünften Mal findet der Publikumsmagnet Ironman 70.3 in Wiesbaden statt. In diesem Rahmen bietet das Gelenkzentrum Rhein-Main **Physiotherapeuten und Sportwissenschaftlern, Schwimmtrainern und Ärzten die „4 Sportmedizinische Woche – Triathlon Countdown“ zur Weiterbildung.** Diese steht im Zeichen der Bewegung und der gesundheitlichen Aspekte von Ausdauersportarten als Prävention von chronischen Erkrankungen sowie der Probleme zu hoher und falscher körperlicher Belastungen.

Top-Themen & Top-Referenten – ein rundes Programm, für das keine Triathlon-Erfahrung vorausgesetzt wird: Als Teilnehmer hören Sie wissenschaftliche Beiträge verschiedener Fachrichtungen und erleben Übungen mit Triathlonprofis wie z. B. Nicole Leder.

Erleben auch Sie den Ironman 70.3! Von Anfang an dabei: Auch beim 5. Wiesbadener Ironman 70.3 nehmen die Ärzte des Gelenkzentrums Rhein-Main aktiv teil und betreiben selbst präventive Medizin.

Wir freuen uns darauf, Sie bei der 4. Sportmedizinischen Woche begrüßen zu können.

Herzlichst, Ihr



Dr. med. Christoph Meister



Dr. med. Martin Scholz

PS: Wir freuen uns, Ihnen auch bei der 4. Sportmedizinischen Woche wieder ganz besondere Referenten präsentieren zu können, z. B. Nicole Leder, Triathlonprofi.



Veranstaltungsort

Schwimm-Club Wiesbaden 1911 e.V.

Christian-Bücher-Straße 22, 65201 Wiesbaden
www.scw-1911.de

Organisation

medicalnetworks CJ GmbH & Co.KG

Simone Schubert-Jaworski
Niedervellmarer Straße 41, 34127 Kassel
Tel.: +49 (0)561 766855 0, Fax: +49 (0)561 766855 99
Mobil: +49 (0)172 1564020, s.jaworski@medicalnetworks.de
Fragen, Anmeldung, Informationsmaterial

Der Kongress wird mit **Sportmedizinischen Punkten** (Wochenendkurs 15) und **Fortbildungspunkten** bei der Landesärztekammer Hessen angerechnet. Zertifiziert vom HSV für **B-/C-Schwimmtrainer**.

4. Sportmedizinische Woche

Mittwoch, 10.8.2011

- 14.00 – 14.45 Uhr **Anmeldung / Tendopathie der unteren Extremität, Kat. B**
Dr. P. Berg, Rüsselsheim
- 15.00 – 15.45 Uhr **Sport und Obdachlose, Kat. H**
G. Förster
- 16.00 – 16.45 Uhr **Rehasport bei kardiovaskulären Erkrankungen, Kat. 6**
Dr. S. Ott / Dr. F. Lang
- 17.00 – 17.45 Uhr **Leistungsdiagnostik (Sportpl. Nassau), Kat. 7**
M. Bolz
- 18.00 – 18.45 Uhr **Laufworkshop Theorie und Praxis (Sportpl. Nassau), Kat. 7**
M. Wolf

Donnerstag, 11.8.2011

- 08.00 – 08.45 Uhr **Ortho-, Freizeit- und Ausdauersport bei Wirbelsäulenbeschwerden, Kat. B**
Dr. F. Wiedersheim
- 09.00 – 09.45 Uhr **FAI-Sport bei Femuroacetabulärem Impingment, Kat. B**
Dr. C. Sobau
- 10.00 – 10.45 Uhr **Sport mit TEP, Kat. 6**
Dr. O. Engelhardt
- 11.00 – 11.45 Uhr **Prävention von Überlastungsschäden im Ausdauersport, Kat. 6**
W. Wagner / M. Hardt
- 12.00 – 13.00 Uhr **Pause**
- 13.00 – 13.45 Uhr **Sudden Death, Kat. 4**
Dr. K. Pöttgen
- 14.00 – 14.45 Uhr **Geschlechtsspez. Unterschiede im Leistungssport, Kat. 4**
Dr. K. Pöttgen
- 15.00 – 15.45 Uhr **Motivation im Leistungssport und deren Grenzen, Kat. H (60 min)**
N. Leder
- 16.00 – 16.45 Uhr **Radfahren 60 km RR**
- 17.00 – 17.45 Uhr **Radfahren**
- 18.00 – 20.00 Uhr **Pause**
- 20.00 Uhr **Abendessen im Gasthaus zum Hirsch in Wiesbaden-Rambach**

Freitag, 12.8.2011

06.00 – 06.45 Uhr	Praxis Schwimmen, Koordination im Schwimmen, Kat. 4 O. Großmann
07.00 – 08.00 Uhr	Pause
08.00 – 08.45 Uhr	Theorie Freistilschwimmen C. Großmann / A. Studzinski
09.00 – 09.45 Uhr	Kraultechnik und Technik im Freiwasserschwimmen C. Großmann / A. Studzinski
10.00 – 10.45 Uhr	Sucht und Sport, Kat. H Dr. T. Prentice
11.00 – 11.45 Uhr	Schulterläsionen im Sport, Kat. B Dr. S. Allof
12.00 – 12.45 Uhr	Orthopädie, Die Hand im Sport, Kat. B Prof. Dr. med. B. Gladbach
13.00 – 14.00 Uhr	Pause
14.00 – 16.00 Uhr	Kampfsport als Ausgleichsport?! Kat. 5 (120 min) M. Staller
	Ausgabe der Zertifikate

Sport EXPO Ironman, Kurhaus Bowling Green

Freitag, 12.8.2011, 16.00 – 18.00 Uhr

Samstag, 13.8.2011, 08.00 – 18.00 Uhr

IRONMAN 70.3 Germany

Sonntag, 14.8.2011 / Start Schwimmen: 08.00 Uhr



Wir bedanken uns für die freundliche Unterstützung der Referenten und Sponsoren:

Dr. Stephen Allof

Orthopäde, Wiesbaden

Dr. Peter Berg

Orthopäde, Rüsselsheim

Mario Bolz

Sportwissenschaftler, Hofheim

Dr. med. Oliver Engelhardt

Orthopäde,
Gelenkzentrum Rhein-Main, Bad Camberg

Gustav Förster

Leiter Diakonie, Wiesbaden
Europameister 2010, Altersklasse 70.3

Prof. Dr. med. Bruno Gladbach

Orthopäde, Handchirurg, Sportmediziner,
Gelenkzentrum Rhein-Main, Wiesbaden

Cathleen Großmann geb. Rund

Europameisterin 200 m Rücken
Olympia 3. in Atlanta 1996 200 m Rücken
Europa Cup Siegerin Freiwasserschwimmen
A-Lizenz Trainerin

Oliver Großmann

als Trainer:
Cheftrainer Schwimm Club Wiesbaden 1911
Olympiateilnehmer
Deutscher Mannschaftsmeister 2008
Landesstützpunkt Trainer Wiesbaden
Europarekorde/Deutsche Rekorde
als Sportler: Weltmeister im Quadriathlon
(Staffel) 1994 und 1995 (5 km Schwimmen/
20 km Kanu/100 km Rad/21 km Laufen)
Freiwassernationalmannschaft Schwimmen

Martin Hardt

Leiter Physiotherapie,
Auromed, Wiesbaden

Dr. Florian Lang

Kardiologe, Wiesbaden

Nicole Leder

Triathlonprofi
1. Platz Ironman Frankfurt 2007
2. Platz Ironman Frankfurt 2008
3. Platz Ironman Frankfurt 2009
1. Platz Ironman Malaysia 2007
1. Platz Ironman Malaysia 2008
2. Platz Ironman Malaysia 2009
2. Platz Ironman China 2010

Dr. med. Christoph Meister

Orthopäde, Sportmediziner,
Gelenkzentrum Rhein-Main, Mainz

Dr. Stefan Ott

Kardiologe, Wiesbaden

Dr. Tatjana Prentice

OÄ Psychiatrie,
Kiedrich

Dr. med. Klaus Pöttgen

Arzt für Allgemeinmedizin, Arzt für
Arbeitsmedizin, Sportmediziner,
Leitender Arzt arbeitsmedizinisches
Zentrum Darmstadt
Triathlon Langdistanzweltmeister AK 1999
7 x Ironman-Hawaii-Teilnehmer

Dr. med. Martin Scholz

Orthopäde, Sportmediziner,
Gelenkzentrum Rhein-Main, Mainz

Dr. Christian Sobau

Orthopäde, Leitender Arzt
Arcus Klinik, Pforzheim

Mario Staller

Ju-Jutsu-Weltmeister 2008
2. Platz World Games 2005 und 2009

Alexander Studzinski

25 km Deutscher Meister

Dr. med. Frank Wiedersheim

Arzt für Physikalisch-Rehabilitative Medizin,
Sportmediziner,
Gelenkzentrum Rhein-Main, Mainz

Wilfried Wagner

Leiter Physiotherapie,
Auromed, Wiesbaden

Michael Wolf

Laufexperte, Mainz

Unsere Partner für Sie



Immer dabei, wenn's um Bewegung geht: Wir begrüßen Sie zu unserem Stand beim Ironman 70.3. – oder in einem unserer vier Gelenkzentren.

- Wiesbaden
- Mainz
- Hochheim
- Bad Camberg



Gelenkzentrum Rhein-Main: unsere Standorte

WIESBADEN:
018 05-36 01 70*
Wilhelmstraße 30,
65183 Wiesbaden

MAINZ:
018 05-61 93 33*
Rheinstraße 4A/Templerstr.,
Fort Malakoff, 55116 Mainz
Ab 21.3.2011 finden Sie uns
im Palazzo, Weißblitengasse 1.

HOCHHEIM:
018 05-60 88 06*
Königsberger Ring 2–8,
65239 Hochheim

BAD CAMBERG:
018 05-80 71 12*
Badehausweg 1,
65520 Bad Camberg
Ab 4.4.2011 finden Sie uns
in der Limburger Straße 50.

www.gelenkzentrum-rheinmain.de

*0,14 €/Min. aus dem Festnetz, Mobilfunk max. 0,42 €/Min.