

# Symposium Sportmedizin Sporttraumatologie

16.-17.9.2011 Schwerpunkt Mountainbiking



# Symposium Sportmedizin Sporttraumatologie

16.- 17.9.2011 Schwerpunkt Mountainbiking

Promenade 4  
CH-7270 Davos Platz  
Tel: +41 81 414 8158  
Fax: +41 81 414 8160  
www.davos-sportmedizin.ch

*Liebe Kolleginnen und Kollegen*

*Mountainbiking ist ein weiterhin wachsender und faszinierender Sport. Durch neue Trends und Entwicklungen kommen neue Herausforderungen auf uns zu.*

*Auf der einen Seite steht die Entwicklung neuer Subdisziplinen (Freeride, Slopestyle, Dirt) die durch hohe Risikobereitschaft und hohe Geschwindigkeiten bei immer besserem Material zu gravierenden Unfällen führen.*

*Zum anderen geht der Sport immer mehr in die Breite, Bergbahnen erleichtern den Zugang zu schwierigen Trails, der Allgemeinheit zugängige Downhillstrecken werden vermehrt gebaut, Elektromountainbikes entfalten ungeahnte Kräfte und auch Mountainbiker werden älter.*

*Mit den aktuellen Trends und den Folgen daraus wollen wir uns an diesen Tagen auseinandersetzen.*

*Natürlich werden wir die besten Singletrails um Davos-Klosters unter fachkundiger Anleitung erfahrener lokaler Bikeguides ausführlich erkunden.*

*Wir freuen uns auf sportliche und lehrreiche Tage.*

Dr. med. Richard Glaab

Dr. med. Walter Kistler

Dr. med. Paavo Rillmann



Foto: Lucas Schenk

**Programm Freitag 16.9.11**

Promenade 4  
CH-7270 Davos Platz  
Tel: +41 81 414 8158  
Fax: +41 81 414 8160  
www.davos-sportmedizin.ch

09.30 Uhr Einschreibung

10.00 Uhr Begrüssung  
Walter Kistler  
Paavo Rillmann  
Richard Glaab

**Vorträge:**

10.10 Uhr *Kraft- und Ausdauerleistungen im Mountainbikesport* Björn Stapelfeldt

10.40 Uhr *Leistungsdiagnostik im Mountainbikesport* German Cléin

11:10 Uhr *Altersabhängigkeit der Leistung im Mountainbikesport* Samuel Haupt

11.40 Uhr *Plötzlicher Herztod beim Sport* Stefan Drechsel

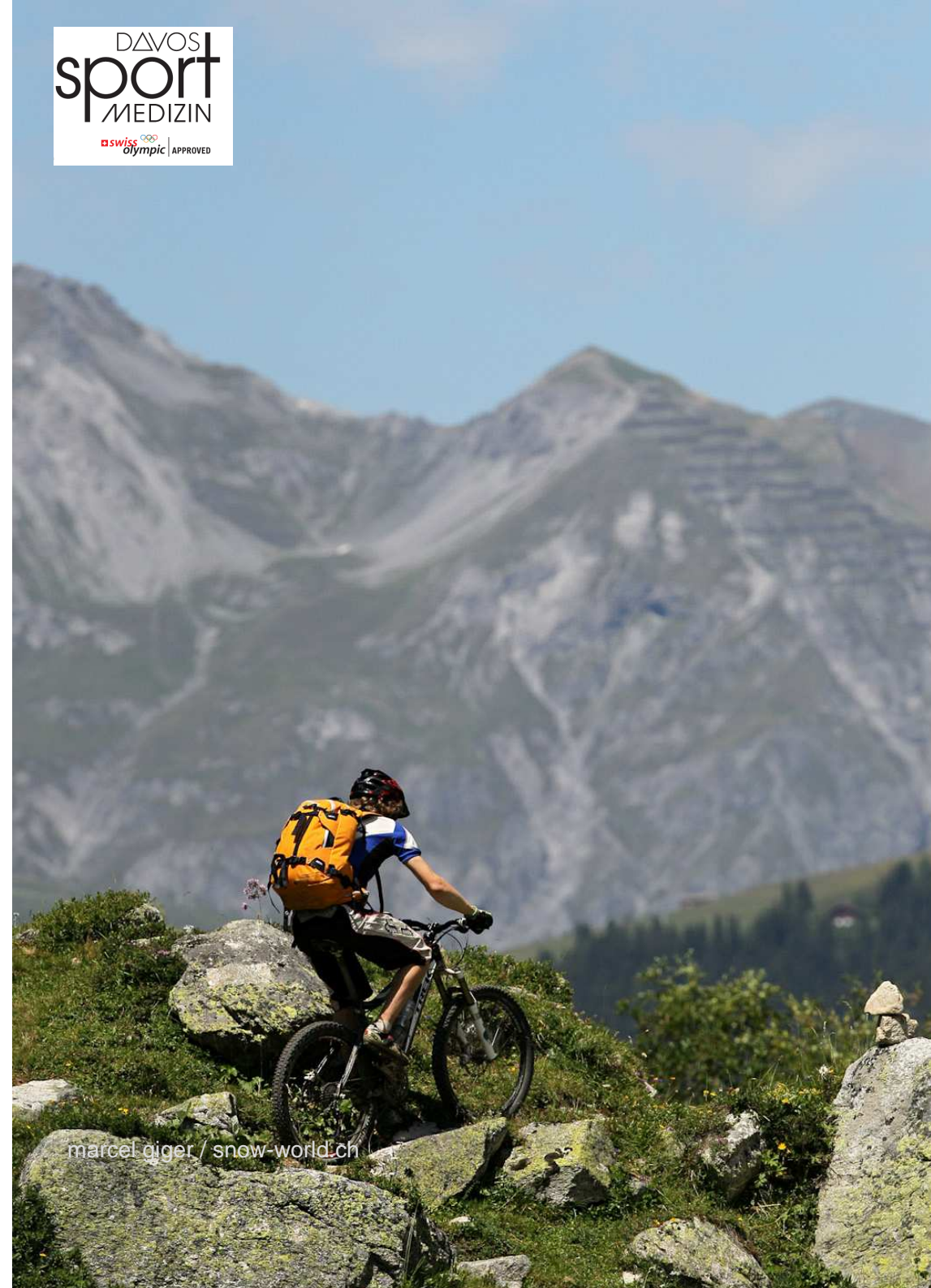
12.15 Uhr **Mittagessen im Spital Davos**

**Praxis:**  
13.00 -17.00 Uhr *Fahrtechniktraining Mountainbike* Bikeschule Davos Klosters

**Vortrag:**  
17.30 Uhr *Rumpfkraft und Rückenschmerzen im Radsport* German Cléin

**Workshop:**  
18.00 Uhr *Theoretische Grundlagen und Praxis: Bikefitting* Björn Stapelfeldt

19.30 Uhr **Abendessen** (fakultativ)



marcel oiger / snow-world.ch

**Programm Samstag 17.9.11**

**Vorträge:**

08.00 Uhr	<i>Akute Verletzungen im Mountainbikesport</i>	German Clénin
08.30 Uhr	<i>Überlastungsschäden im Mountainbikesport</i>	Andreas Gösele

Promenade 4  
CH-7270 Davos Platz  
Tel: +41 81 414 8158  
Fax: +41 81 414 8160  
www.davos-sportmedizin.ch

**Moderierte Diskussionsrunde mit Mountainbikesportlern**

09.00 Uhr	<i>Training, Umgang mit Verletzungen</i>	Walter Kistler, Richard Glaab, German Clénin Sportler: Andrea Kuster, NN,
-----------	--	--

09.45 Uhr	<b>Vortrag:</b> <i>Unfallanalyse, Risikofaktorenanalyse, Präventionsmöglichkeiten und persönliche Schutzausrüstung</i>	Fränk Hofer
-----------	--	-------------

**10.15 Uhr Pause**

**Gastvortrag:**

10.30 Uhr	<i>Entwicklung und Trends im Mountainbiking</i>	Thomas Giger
-----------	---	--------------

**11.00 Uhr Workshops:**

- *Untersuchung des Schultergürtels* Katrin Schumann
- *Intramedulläre Schienung von Clavikulafrakturen, minimalinvasive Versorgung von proximalen Humerusfrakturen mit der Philosplatte* Richard Glaab
- *Indikationen und Versorgung bei Schulterinstabilitäten und AC Luxationen (Arthroskopie-Workshop)* Paavo Rillmann
- *Konservative Behandlung und ergotherapeutische Schienenversorgung bei Hand und Fingerletzungen* Sylvia Egg
- *Bergung und präklinische Erstversorgung von Sportverletzten* Steffen Bohn

12.00 -17.00 Uhr	<b>Praxis:</b> <i>Geführte Tour (in Gruppen nach Leistungsstand) mit Mittagessen unterwegs</i>	presented by RIDE
------------------	--	-------------------

**Vorträge:**

17.15 Uhr	<i>Doping im Radsport</i>	Sebastian Thormann
17:45 Uhr	<i>Wettkampf und Eventbetreuung</i>	Walter Kistler
18.15 Uhr	<b>Zusammenfassung, Verabschiedung</b>	



## Programm Sonntag 18.9.11

Zur freien Gestaltung z.B.:

Geführte Touren, Workshops, Endurorennen im Rahmen vom ride the weekend bike festival

### Bitte getrennt buchen:

<http://www.davos.ch/sommer/aktivitaeten/biken/events/ride-the-weekend.html>

### Programm für Begleitpersonen:

Die Region bietet ein breites Spektrum an Natur, Kultur und Sporterlebnissen. Als besonders Event findet am gleichen Wochenende das ride the weekend bike festival statt. Ein einzigartiges Erlebnis für Bikerinnen und Biker mit: Workshops, Kursen, geführten Touren und Enduro-Wettkampf auf diversen Strecken mit minimalen Wettkampffarakter.

Nähere Informationen unter: [www.davos.ch](http://www.davos.ch)

### Veranstalter/Organisation:

Dr.med. Richard Glaab, Dr.med. Walter Kistler, Dr.med. Paavo Rillmann Sportmedizin Davos / Spital Davos, Promenade 4, CH 7270 Davos

### Zielgruppe:

Ärzte, Physiotherapeuten, Sportwissenschaftler incl Studenten

### Preis:

CHF 300,- (Studenten CHF 200,-)

### Zertifizierung:

8 Stunden Theorie, 8 Stunden Gruppenarbeit/Workshops/Praxis SGSM (Schweizer Gesellschaft für Sportmedizin) 7 Punkte

### Anmeldung:

[sportmedizin@spitaldavos.ch](mailto:sportmedizin@spitaldavos.ch)

### Anmeldeschluss:

14.08.2011

### Weitere Informationen:

<http://davos-sportmedizin.ch/davos-sportmedizin/Symposium.html>

### Unterkunft:

[www.mountainhotels.ch](http://www.mountainhotels.ch)  
[www.davos.ch](http://www.davos.ch)

### Leihbikes:

[www.metzdavos.ch](http://www.metzdavos.ch)  
Ivans Velo Sport: [www.specializedconceptstore.net/index.php?store=9&lng=DE](http://www.specializedconceptstore.net/index.php?store=9&lng=DE)

### Empfehlungen zur Bikeausrüstung im Hochgebirge:

<http://www.bahntour.ch/index.php/ausruistung>

Promenade 4  
CH-7270 Davos Platz  
Tel: +41 81 414 8158  
Fax: +41 81 414 8160  
[www.davos-sportmedizin.ch](http://www.davos-sportmedizin.ch)

## Referenten:

**Steffen Bohn, MBA, MSc**, Spezialist für Sporteventbetreuung  
Leiter Rettungsdienst Davos

**Dr. med. German Clénin**, Verbandarzt swisscycling - Mountainbike, SGSM  
Vorstand, Facharzt für Innere Medizin, Fähigkeitsausweis Sportmedizin,  
Sportmedizinisches Zentrum Bern-Ittigen

**Dr. med. Stefan Drechsel**, Facharzt FMH für Innere Medizin  
und Kardiologie, Fähigkeitsausweis Sportmedizin, Leitender Arzt Innere Medizin/  
Sportmedizin, Davos

**Sylvia Egg** Ergo, dipl Ergotherapeutin HF- Sportlerbetreuung und individuell  
angepasste Protektion, ergoampuls, Dielsdorf

**Dr med. Richard Glaab**, Oberarzt Klinik für Chirurgie/Orthopädie, Facharzt für  
Chirurgie, Schwerpunkt Allgemeinchirurgie und Traumatologie,  
Fähigkeitsausweis Sportmedizin, stellvertretender Teamarzt HCD, Davos

**Thomas Giger**, Herausgeber Ride Mountainbikemagazin, Swiss Sports  
Publishing GmbH, Davos

**Dr. med. Andreas Gösele**, Facharzt für Orthopädie, Sportmedizin, CMO Team  
Leopard-TREK CMO Swiss Olympic Medical Center crossklinik, Basel

**Samuel Haupt**, Assistenzarzt Chirurgie/Orthopädie, Davos

**Fränk Hofer**, Sportwissenschaftler, Leiter Sport Beratungsstelle für  
Unfallverhütung (BfU), Ehemaliger Präsident und Ausbildungsverantwortlicher  
swisscycling, Bern

**Dr. med. Walter Kistler**, Facharzt für Innere Medizin, Fähigkeitsausweis  
Sportmedizin, Chefarzt Innere Medizin/ Sportmedizin, Mannschaftsarzt HCD,  
Davos

**Dr. med. Paavo Rillmann**, Facharzt für Chirurgie, Schwerpunkt  
Allgemeinchirurgie und Traumatologie, Co-Chefarzt Chirurgie/Orthopädie,  
Leiter Schulterchirurgie, Ärztlicher Direktor Spital Davos, Davos

**Dr. med. Kathrin Schumann**, Assistenzärztin Chirurgie/Orthopädie, Davos

**Dr. Björn Stapelfeldt**, Sportwissenschaftler, Radlabor.de am Olympiastützpunkt  
D-Freiburg

**Sebastian Thormann**, Arzt, Aufsichtsratsmitglied und Vorsitzender der  
medizinischen Kommission Nationale Anti-Doping Agentur Deutschland, Luzern

Promenade 4  
CH-7270 Davos Platz  
Tel: +41 81 414 8158  
Fax: +41 81 414 8160  
[www.davos-sportmedizin.ch](http://www.davos-sportmedizin.ch)

