

KÄRNTNER SPORTÄRZTETAGE

Inkl. Grundkurs LIP III

Erfolgsrezept: Training & Ernährung



23.–25. März 2018 | Hotel „Die Post“, Bad Kleinkirchheim

- Grußworte
- Informationen
- **Wissenschaftliches Programm**
- Ärztesport
- Rahmenprogramm
- Anmeldung
- Zimmerbuchung
- Anfahrt
- Partner/Sponsoren
- TeilnehmerInnen-Hotline
- Kontakt
- Archiv

Die in Rot geschriebenen Vorträge, beziehen sich auf den Grundkurs LIP III.

Freitag, 23. März 2018

ab 12.30 Uhr	Registrierung
14.00–14.30 Uhr	Begrüßung & Eröffnung <i>Univ.-Lektor Dr. Piero Lercher, Dr.ⁱⁿ Mag.^a Ines Berger-Uckermann</i>
14.30–15.15 Uhr	Update – Trainingsgrundlagen <i>Univ.-Doz. Dr. Günter Neumayr</i> Trainingssteuerung: Kraft und Ausdauer in der Praxis <i>Mag. Kevin Haselsberger</i>
15.15–16.45 Uhr	Support Ernährung in jeder Trainingsphase <i>Mag.^a Barbara Pirker-Praschnig, MAS</i>
16.45–17.15 Uhr	<i>Pause</i>
17.15–18.00 Uhr	„Wie schwer ist es doch den Bauch anzusprechen, er hat ja keine Ohren“ (Cato 234–149 v. Chr.) <i>Dr. Peter Kitzler</i>
18.00–18.45 Uhr	Sportmedizinische Aspekte einer hochdosierten Vitamin-C-Substitution <i>Dr. Ronald Ecker</i>

Samstag, 24. März 2018

- 9.00–9.45 Uhr Korrelation Laufstil und Laufverletzungen
Andreas Jocham, MSc, PT
- 9.45–10.30 Uhr Die kinetische Kette - Kraftfluss durch den Körper
Dr. Christoph Michlmayr
- 10.30–11.00 Uhr **Pause**
- 11.00–14.30 Uhr **ÄRZTESPORT**
- 14.30–15.30 Uhr **Pause**
- 15.30–17.00 Uhr **Praxisseminar 1:**
Sporternährung- Er-fassen und Be-greifen
Mag.^a Barbara Pirker-Praschnig, MAS
- Praxisseminar 2:**
Die optimale Sportvorbereitung am Beispiel Tennis (auch für Nichttennispieler geeignet)
Dr. Christoph Michlmayr
Werner Elsner
Udo Plamberger
- Praxisseminar 3:**
Athletiktraining für LäuferInnen
Andreas Jocham, MSc, PT
- 17.00–17.30 Uhr **Pause**
- 17.30–18.15 Uhr **Fisch ist nicht Fisch- Fleisch ist nicht Fleisch - sport- und umweltmedizinische Aspekte der Nahrungsmittelqualität**
Univ.-Lekt. Dr. Piero Lercher
- 18.15–19.00 Uhr **Doping in der Ernährung- Pitfalls in der Praxis – NADA News**
Dr. Christiane Loinig
- ab 19.00 Uhr Impulsgespräch

Sonntag, 25. März 2018

- 9.00–9.45 Uhr **Gendermedizin**
OÄ Assoc. Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Andrea Podolsky
- Verletzungen durch Meerestiere beim Schnorcheln und Tauchen – Erste Hilfe und**
- 9.45–10.30 Uhr **Therapie**
Dr.ⁱⁿ Ulrike Preiml
- 10.30–11.00 Uhr **Pause**
- Uhr

11.00–14.30 Uhr	ÄRZTESPORT
11.00–12.30 Uhr	Praxisseminar 1: Sportuntersuchungsbogen für Rückschlagsportarten <i>Dr. Christoph Michlmayr</i>
	Praxisseminar 2: Wenn´s zwickt und zwackt – besondere Ansprüche an die Ernährung im Training <i>Dipl. Diätologin Katja Winkler</i>
12.30–13.30 Uhr	<i>Pause</i>
13.30–14.15 Uhr	Neueste Aspekte der Alpinmedizin <i>Dr. Sebastian Hermens</i>
14.15–15.00 Uhr	Hypoxietraining und Höhenakklimatisierung <i>Univ.-Prof. Dr. Paul Haber</i>
15.00 - 15.15 Uhr	Grundkurs Fragebogen
15.15 Uhr	Ausblick 2019 – Ende der Veranstaltung

Programmänderungen vorbehalten!