



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



sport.med.bgl@gmail.com

CJD Asthmazentrum Berchtesgaden  
Buchenhöhe 46  
83471 Berchtesgaden

## **62. Sportmedizinische Fort- und Weiterbildung Berchtesgaden**

**26.09.2026 - 03.10.2026**

**Kurspaket I, der Module: 7 , 1 , 15 , 5**

im CJD Asthmazentrum Berchtesgaden

Tagungsleitung: Helmut Langhof und Lutz Kistenmacher

in Zusammenarbeit mit dem Bayerischen Sportärzteverband (BSÄV) und der Bayerischen Landesärztekammer (BLÄK)

## Modul 7

### Sportmedizinische internistische/kardiologische Grundlagen (16h)

#### Samstag 26.09.2026

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Stunden
08:00	Anreise		
08:30	Begrüßung und Einführung der Teilnehmer	<i>Langhof</i>	
09:00 09:45	Grundlagen der Herz- Kreislaufregulation	<i>Clasen</i>	1 h
	Pause		
10:00 11:30	Das Sportler – EKG, Sporthertz	<i>Clasen</i>	2 h
11:30	Mittagspause		
13:00 – 17:00	Freizeitsport Bergwandern als Sport zur Prävention und als moderater Ausdauersport	<i>Langhof/ Wenig Huber</i>	5h

#### Sonntag, 27.09.2026

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Stunden
09:00 10:30	Beurteilung der kardiopulmonalen Leistungsfähigkeit	<i>Wagner</i>	2 h
	Pause		
10:45- 11:30	Prävention .- der Einsatz von Wearables	<i>Joas</i>	1h
11:30- 13:00	Mittagspause		
13:00- 14:30	Prävention von Herz-Kreislauf-Krankheiten bzw. des metabolischen Syndroms durch Bewegung	<i>Wagner</i>	2 h
	Pause		
15:00- 17:15	Motivationsförderung für Spielsportarten am Beispiel von Volley- und Basketball	<i>Vetters</i>	3h

## Modul 1

### Energiebereitstellung und Leistungsdiagnostik (16h)

#### Montag 28.09.2026

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Stunden
08:30 – 10:45	Bewegungsmangel als eigenständiger Risikofaktor, Bewegungsmangel-Krankheiten  Pause	<i>Langhof</i>	3 h
11:00 – 12:00	Sportmedizinische Aspekte der Laufschuh-Auswahl  Mittagspause	<i>Mölkenthin</i>	1 h
14:00 – 16:15	Systematischer Aufbau eines Lauftrainings	<i>Gottwald Meyer</i>	3 h
16:30 -17:30	Berglauf -Technik und Praxis unter Herzfrequenzkontrolle	<i>Molkenthin</i>	1 h

#### Dienstag 29.09.2026

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Stunden
08:30 – 10:00	Energiebereitstellung: anatomische und physiologische Grundlagen – Anpassungsvorgänge  Pause	<i>Zelger</i>	2 h
10:15 – 11:45	Praxis der Fahrrad- und Laufband-Ergometrie  Mittagspause	<i>Lenz Zelger</i>	2 h
14:00 – 17:30	Praxis des Feldtestes: mit stufenweise ansteigender Laufgeschwindigkeit auf der 400m - Bahn (HF- und Laktatmessung) (P)	<i>Fietkau Lenz Zelger</i>	4 h

## Modul 15

### Spezielle Aspekte in der Sportmedizin: Nahrungsergänzungsmittel, Pharmaka und Doping, rechtliche und ethische Aspekte (16h)

Mittwoch 30.09.2026

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Stunden
08:30 – 10:45	Pharmaka und Dopingproblematik	<i>Ledl- Kurkowski</i>	3 h
	Pause		
11:00- 12:30	Doping, Dopingkontrollen, rechtliche und ethische Aspekte	<i>Kistenmacher</i>	2h
12.30 -14:00	Mittagspause		
14:00-16:15	Ausgewählte Aspekte eines Boxtrainings	<i>König/langhof</i>	3h

Donnerstag 01.10.2026

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Stunden
08:30 – 11:00	Physiologie der Ernährung, Sportlerernährung Nahrungsergänzungsmittel, Substitution (mit 15Min. Pause)	<i>Busam</i>	3 h
	Mittagspause		
13:00 – 17:00	Freizeitsport Mountainbiken, Trainingsaufbau	<i>Huber Lenz Vetters Langhof</i>	5 h

## Modul 5

### Orthopädische Aspekte der Wirbelsäule und der oberen Extremität (16h)

Freitag 02.10.2026

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Stunden
08:30 – 10:45	Spezifische Untersuchungstechniken der WS, der Schulter, des Armes, der Hand Pause	<i>Kistenmacher</i>	3 h
11:00 – 12:30	Training der Rumpfmuskulatur bei Wirbelsäulenbeschwerden  Mittagspause	<i>Petautschnig</i>	2 h
14:00 – 16:15	Sportbedingte Belastungen des Bewegungsapparates beim Kampfsport Judo	<i>Alves</i>	3 h

Samstag 03.10.2026

Uhrzeit	Veranstaltung	Referent	Stunden
08:30 – 10:00	Prävention, Therapie und Rehabilitation von Überbelastungsschäden und Verletzungen der Wirbelsäule  Pause	<i>Kistenmacher</i>	2 h
10:15 – 12:30	Prävention, Therapie und Rehabilitation von Überbelastungsschäden der oberen Extremität (V)  Mittagspause	<i>Kistenmacher</i>	3 h
14:00 – 16:15	Sportorthopädische Aspekte im Freizeit- und Leistungssport am Beispiel Badminton (z.B. Hüftimpingement)	<i>Vetters</i> <i>Kistenmacher</i>	3h

#### Evaluation der Veranstaltung

##### Ausrüstungsbedarf:

Hallenschuhe und Hallenbekleidung, Laufschuhe und Laufbekleidung, (Leicht-)Bergschuhe, wetterfeste Oberbekleidung, Tagesrucksack, Mountainbike mit entsprechendem Equipment; einzelne Mountainbikes können gegen Gebühr ausgeliehen werden (hierzu vorab Angabe der Körpergröße nötig).

## **Für Sportunfälle wird keine Haftung übernommen.**

Vorbehaltlich der Anerkennung durch die Bayerische Landesärztekammer ergeben sich folgende **Weiterbildungsstunden nach der neuen WBO:** 64 h Sportmedizin

Das gesamte Kurspaket kostet Euro 960,-- bzw. 864,-- für Mitglieder des DGSP, incl. Mittagessen oder Lunchpaket, Kaffee vormittags und nachmittags.

Anmeldung über Frau Michaela Kranawetvogl unter email: sport.med.bgl@gmail.com

### **Referenten und Übungsleiter**

#### **Alves Andre Miguel Lanca**

Europameisterschaftsteilnehmer in Judo, portugies. Meister, Josef-Poxleitner-Allee 47, 82216 Maisach

#### **Busam Eva**

topathEAT, München, <https://topathleat.de>

#### **Clasen Rüttger**

Dr. med. Internist. Sportmedizin  
Roseggerstr.10, 83457 Piding

#### **Fietkau Ulrich**

Trainingswissenschaftler, Olympiastützpunkt Bayern, An der Schießstätte 6, 83471 Berchtesgaden

#### **Gottwald Peter**

„SmartRunning“  
Denningerstr. 170, 81927 München

#### **Huber Martin**

Übungsleiter CJD Asthmazentrum, Buchenhöhe 46, 83471 Berchtesgaden

#### **Joas Anke**

Dr.med. Stellvertretende CÄ, Klinik Schönsicht Berchtesgaden  
Oberkälberstein 1-11

#### **Kistenmacher Lutz**

Dr. med., Gemeinschaftspraxis Orthopädie und Unfallchirurgie Chiemgau Berchtesgadener Land, (OUCC), Locksteinstr. 16, 83471 Berchtesgaden

#### **König Conny**

Boxchampion, 8 x österreichischer Meister, „Powerhof“ am Schlenken, A-5400 Hallein

#### **Langhof Helmut**

Dr. med., Kinderarzt . Sportmedizin, med.-wiss. Leiter Mittendorff-Institut, Zwingerstr. 15, 83483 Bischofwiesen

#### **Ledl-Kurkowski Eveline**

DDr., Allgemein- u. Sportmedizin  
Rehazentrum Salzburg  
Müllner Hauptstraße 48, 5020 Salzburg.

#### **Lenz Florian**

Diplomsportlehrer, CJD Asthmazentrum, Buchenhöhe 46, 83471 Berchtesgaden

#### **Meyer Andre**

„SmartRunning“  
Denningerstr. 170, 81927 München

#### **Molkenthin Anke**

Dipl.Ing., ehem. Leistungssportlerin, staatl. gepr. Trainerin, Laufschuhspezialistin, Reichenhallerstr.9a, 83404 Ainring

#### **Petautschnig Manfred**

Spezialist für differenziertes Krafttraining, Fitcenter Hallein, Kletzgutweg 6, A-5400 Hallein

#### **Vetters Torsten**

Diplomsportwissenschaftler, CJD Asthmazentrum, Buchenhöhe 46, 83471 Berchtesgaden

#### **Wagner Johannes**

Dr.med.,Internist, Kardiologe, Kardiologische Facharztpraxis Dr. Heißel, Liebigstrasse2, 83435 Bad Reichenhall

#### **Zelger Otto**

Dr. med., Klinikum rechts der Isar der TU München, Ismaninger Str. 22, 81675 München"

