

Triathlon Countdown zum

vom 4. 8. bis zum 10. 8. 2008 in der Asklepios Paulinen Klinik Wiesbaden



Mit der Sportmedizinischen Veranstaltung „Triathlon Countdown“ haben wir, als Gelenkzentrum Rhein-Main, in Zusammenarbeit mit Linusmed, folgerichtig das Thema Ausdauersport und Prävention aufgegriffen und in den Mittelpunkt unserer Weiterbildung für Ärzte und Physiotherapeuten gestellt.

Der Ironman 70.3 ist im Jahr 2007 direkt zu einem Publikumsliebhaber avanciert und hat einen festen Stellenwert im Veranstaltungskalender von Wiesbaden eingenommen. Der Triathlonsport erfreut sich einer zunehmenden Zahl von Anhängern. Neben dem Spaß an der Bewegung ist der gesundheitliche Aspekt der Ausdauersportarten als Prävention für chronische Erkrankungen unumstritten. Zu hohe oder falsche Belastungen können jedoch auch zu Überlastungsschäden führen.

Hochinteressante wissenschaftliche Beiträge verschiedener Fachrichtungen und praktische Übungen mit Triathlonprofis runden das Programm der Woche ab. Die Ärzte des Gelenkzentrums Rhein-Main und Linusmed gehen mit der aktiven Teilnahme am Ironman 70.3 mit gutem Beispiel voran – denn keiner bewegt sich so wie wir.



Dr. med. Claudia Krause
Sportmedizinerin,
Ernährungsmedizinerin



Dr. med. Manfred Krieger
Orthopäde, Sportmediziner



Dr. med. Christoph Meister
Orthopäde, Unfallchirurg,
Sportmediziner

Der Kongress wird mit 45 Fortbildungspunkten zur ärztlichen Fortbildung und Weiterbildung von der Landesärztekammer Hessen anerkannt.

Wir freuen uns, Sie im August 2008 in Wiesbaden begrüßen zu dürfen.

Montag, 4. 8. 2008:

9.00 – 9.45 Uhr	Begrüßung und Erläuterung des Ablaufes (Dr. med. Christoph Meister / Dr. med. Claudia Krause)	
10.00 – 10.45 Uhr	Sportmedizinische Aspekte der Trainingsplanung im Triathlonsport (Frank Vytrisal)	
11.00 – 11.45 Uhr	Methoden der Leistungsdiagnostik? (Dr. med. Stefan Ott)	
12.00 – 14.00 Uhr	Pause	
14.00 – 15.45 Uhr	Leistungsdiagnostik in Theorie und Praxis (Mario Bolz; Fitnesscenter Pur)	
16.00 – 17.30 Uhr	Praxis Kraft und Stabilisationstraining (Johann Kwon)	

Dienstag, 5. 8. 2008:

9.00 – 12.00 Uhr	Praxis Tribike / Rennrad (Uwe Widmann / Phillip Mund)	
12.00 – 14.00 Uhr	Pause	
14.00 – 14.45 Uhr	Ernährungsmanagement im Ironman (Dr. med. Klaus Poettgen)	
15.00 – 15.45 Uhr	Doping: Biomonitoring Blut beim Athleten (Dr. med. Klaus Poettgen)	
16.00 – 16.45 Uhr	Überlastungsschäden der Hand (Prof. Dr. med. Bruno Gladbach)	

Mittwoch, 6. 8. 2008:

9.00 – 10.00 Uhr	Leistungsphysiologische Aspekte des Schwimmtrainings (Oliver Grossmann / Dr. med. Alexander Mayer)	
11.00 – 11.45 Uhr	Physiotherapie: Sportmedizinische Prävention im Ausdauerleistungssport (Alexander Kamp)	
12.00 – 12.45 Uhr	Haltungsdiagnostik mit der 3 D Wirbelsäulenvermessung (Dr. med. Christof Melcher)	
13.00 – 14.00 Uhr	Pause	
14.00 – 14.45 Uhr	Wieviel Sport verträgt ein künstliches Knie- oder Hüftgelenk? (Dr. med. Manfred Krieger)	
15.00 – 17.30 Uhr	Laufworkshop Theorie und Praxis (Laufshop Wolf Mainz)	

Donnerstag, 7. 8. 2008:

6.00 – 8.00 Uhr	Praxis Schwimmtraining Kleinfeldchen Trainingshalle (Oliver Grossmann / Dr. med. Alexander Mayer)	
10.00 – 10.45 Uhr	Sinn und Unsinn von Kompressionsstrümpfen bei Langstreckenläufern (Matthias Schmitt)	
11.00 – 11.45 Uhr	Sportmedizinische Rehabilitation nach Verletzung (Dr. med. Frank Wiedersheim)	
12.00 – 14.00 Uhr	Pause	
14.00 – 14.45 Uhr	Ernährungsphysiologie: Regeneration im Leistungssport (Dr. med. Claudia Krause)	
15.00 – 15.45 Uhr	Shin- Splint- Syndrom: Der laufinduzierte vordere Schienbeinschmerz. Diagnose, Therapie und Prävention (Stefan Benner)	
16.00 – 16.45 Uhr	Kongenitale und erworbene Fußfehlstellungen (Dr. med. Thomas Hardt)	

Freitag, 8. 8. 2008:

9.00 – 9.45 Uhr	Wettkampftaktik (Uwe Widmann)	
10.00 – 10.45 Uhr	Hüftprobleme beim Sportler aus orthopädischer Sicht (Dr. Wolfgang Miehke)	
11.00 – 11.45 Uhr	Verletzungen und Überlastungsschäden im Schultergürtel (Dr. med. Marco Weiss)	
12.00 – 14.00 Uhr	Pause	
ab 14.00 Uhr	Registrierung der Teilnehmer zum Wettkampf	
16.00 – 18.00 Uhr	Besuch der EXPO (Dr. med. Christoph Meister); Workshop Chirotherapie (Dr. med. Martin Scholz)	
16.00 – 17.00 Uhr	Stellenwert der Körperfettanalyse in der Trainingsplanung (Dr. med. Claudia Krause) EXPO	

Samstag, 9. 8. 2008:

10.00 – 11.00 Uhr	Akupunktur Workshop (Dr. med. Karin Benner) EXPO	
11.00 – 12.00 Uhr	Workshop Kinesio Taping (Dr. med. Claudia Krause / Dr. med. Karin Benner) EXPO	
ab 12.00 Uhr	Ausgabe der Zertifikate	
	Abgabe der Rennräder Schiersteiner Hafen	

Sonntag, 10. 8. 2008:

	Triathlon Wettkampf	
ab 15.00 Uhr	Relax Party EXPO-Stand	
18.00 Uhr	Ende der Veranstaltung	

Besuchen Sie uns an unserem Stand vor dem Kurhaus - EXPO Ironman

Anmeldung mit Unterschrift bitte per Fax an die +49 (0)561 766855 99 oder per Post an die medicalnetworks CJ GmbH & Co.KG, Spohrstr. 9, 34117 Kassel

Ja, ich möchte am Triathlon Countdown vom 4. 8. bis zum 10. 8. 2008 teilnehmen

Ich nehme teil am Mo. Di. Mi. Do. Fr. Sa. .

Ich nehme am gesamten Wochenprogramm teil.

Ich werde bar vor Ort zahlen.

Bitte senden Sie mir nach erfolgter Überweisung auf das Konto der medicalnetworks CJ GmbH & Co.KG Kasseler Sparkasse BLZ 520 503 53 Kontonummer 215 009 045 die Teilnahmebestätigung und Rechnung an angegebene Adresse.

Teilnahmegebühr inkl. MwSt. bei Teilnahme an einem Tag 50 €, bei Teilnahme am Wochenprogramm 150 €. Die Wochen- bzw. Tageszertifizierung findet über die LÄK Hessen statt.

Rechnungsanschrift

Name, Vorname	<input type="checkbox"/> Frau <input type="checkbox"/> Herr
Praxis/Krankenhaus	Position
Straße, Hausnummer	
PLZ, Wohnort	
Telefon (für evtl. Rückfragen)	
E-Mail	
Datum, Unterschrift	

Zustelladresse (falls abweichend)

Name, Vorname	<input type="checkbox"/> Frau <input type="checkbox"/> Herr
Straße, Hausnummer	
PLZ, Wohnort	

Gelenkzentrum

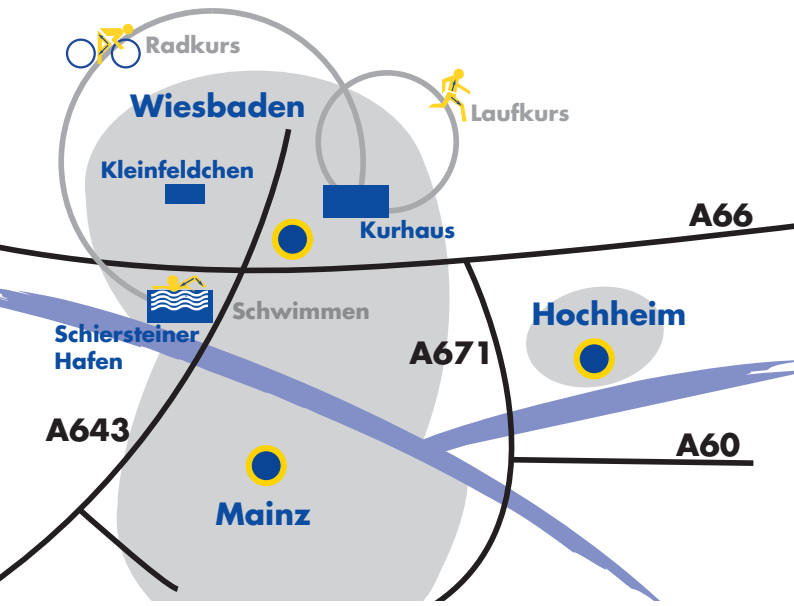
RHEIN-MAIN

Triathlon Countdown

vom 4. 8. bis zum 10. 8. 2008



www.gelenkzentrum-rheinmain.de



Wir freuen uns, Sie auf der Ironman-Strecke 70.3 begrüßen zu dürfen. Wir sind dabei und mit unseren drei Gelenkzentren Rhein-Main ganz in der Nähe.



linusmed⁺
Gesundheit und Prävention

ISURO
Die neue Art des Schlafens



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

Dr. med. Karin Benner
Gelenkzentrum Rhein-Main

Stefan Benner
Orthopäde, Sportmediziner
Gelenkzentrum Rhein-Main

Mario Bolz
Ex Rennradprofi
Linusmed Wiesbaden

Prof. Dr. med. Bruno Gladbach
Orthopäde, Handchirurg
Gelenkzentrum Rhein-Main

Oliver Grossmann
Cheftrainer SC Wiesbaden
Stützpunktrainer HSV
DSV- Europa Cup Koordinator

Dr. med. Thomas Hardt
Orthopäde, Sportmediziner
Gelenkzentrum Rhein-Main

Alexander Kamp
Physiotherapeut
Linusmed Wiesbaden

Dr. med. Claudia Krause
Sportmedizinerin, Ernährungsmedizinerin
Linusmed Wiesbaden
Gelenkzentrum Rhein-Main

Dr. med. Manfred Krieger
Orthopäde, Sportmediziner
Gelenkzentrum Rhein-Main

Johann Kwon
Physiotherapeut
Linusmed Wiesbaden

Dr. med. Alexander Mayer
Orthopäde, Unfallchirurg
Mehrfacher Deutscher Meister
Teilnehmer Olympische Spiele
Schwimmen 1988
Aukammklinik

Dr. med. Christoph Meister
Orthopäde, Chirurg, Unfallchirurg,
Sportmediziner
Gelenkzentrum Rhein-Main

Dr. med. Christof Melcher
Orthopäde, Sportmediziner
Orthopädische Praxis Biebrich

Dr. Wolfgang Miehle
Orthopäde, Sportmediziner
Leitender Arzt
ARCUS-Sportklinik Pforzheim

Philip Mund
Sportwissenschaftler
Mountainbike Instruktor
Bikemax Wiesbaden

Dr. med. Stefan Ott
Intenist, Kardiologe
Kardiologische Praxis Wiesbaden

Dr. med. Klaus Poettgen
Arzt für Allgemeinmedizin, Arzt für Arbeits-
medizin, Sportmediziner
Leitender Arzt arbeitsmedizinisches
Zentrum Darmstadt
Triathlon Langdistanzweltmeister AK 1999
7 x Ironman Hawaii Teilnehmer

Matthias Schmitt
Orthopädietechniker Meister
Orthopädietechnik Zorn

Dr. med. Martin Scholz
Orthopäde, Sportmediziner
Gelenkzentrum Rhein-Main

Frank Vytrisal
Triathlonprofi
3. Platz Ironman Europe 2006, 2007
Bestplatzierter Deutscher Ironman Hawaii 2007
Darmstadt

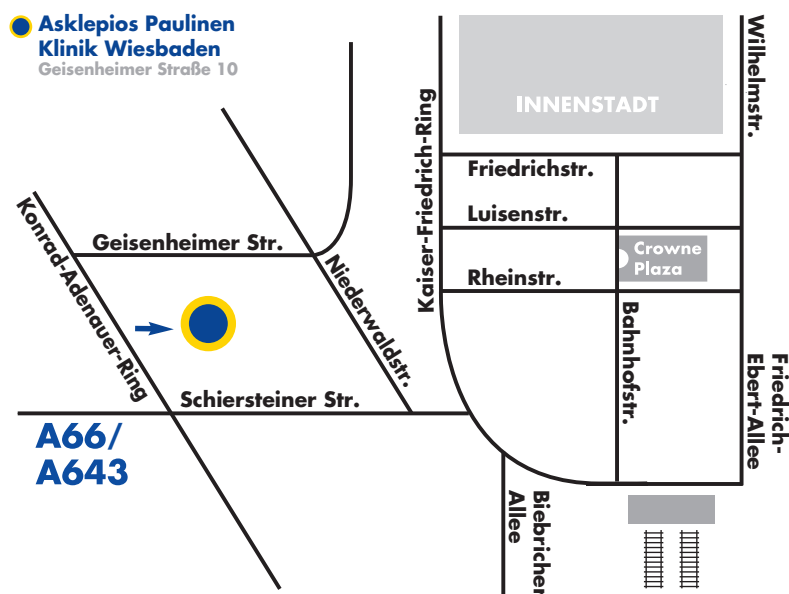
Dr. med. Marco Weiß
Orthopäde, Rheumatologe
Schulterzentrum Wiesbaden
Gelenkzentrum Rhein-Main

Uwe Widmann
Triathlonprofi
4. Platz Ironman Europe 2006
14. Platz Ironman Hawaii 2004
Wiesbaden

Dr. med. Frank Wiedersheim
Arzt für Rehabilitative Medizin, Sportmediziner
Gelenkzentrum Rhein-Main

Michael Wolf
Laufshop Mainz

**Asklepios Paulinen
Klinik Wiesbaden**
Geisenheimer Straße 10



Veranstaltungsort

Asklepios Paulinen Klinik
Geisenheimer Straße 10
65197 Wiesbaden
Klassenraum 3
www.asklepios.com

Organisation

medicalnetworks CJ
GmbH & Co.KG
Simone Schubert-Jaworski
Spohrstr. 9
34117 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

Hotel

Crowne Plaza Wiesbaden
Bahnhofstr. 10 - 12
65185 Wiesbaden
Tel.: +49 (0)611 162 501
Fax: +49 (0)611 162 581

Reservierung bitte über
Frau Wencke Jacobsen
Zimmervertrag #5575

EZ 109,00 € pro Nacht inkl. Frühst.
DZ 119,00 € pro Nacht inkl. Frühst.

Bitte überweisen Sie die Anmeldegebühr unter Nennung von Vor- und Nachnamen und Klinik bzw. Praxis auf das Konto der medicalnetworks CJ GmbH & Co.KG, Kasseler Sparkasse, BLZ 520 503 53, Kontonummer 215 009 045, oder zahlen Sie bar vor Ort.