



# Sportärztetage

## Schloss Seggau

### 14. - 16. Juni 2019

- **Internistisch-Physiologischer Grundkurs III**
- **Theorieseminare**
- **Praxisseminare**
- **Workshop, Ärztesport**

**Kursleitung:** Prim. Dr. Gerhard Postl, Ärztekammer f. Steiermark, Sportärztereferent

## Freitag, 14.06.2019

### 08:00 Eintreffen im Schloss Seggau

#### **Internistisch-Physiologischer Grundkurs III, Saal „Styria“**

ÖÄK-Diplom Sportmedizin: 10 Std. Grundkurs

08:45 Begrüßung, Organisatorisches und Moderation  
Prim. Dr. Gerhard Postl, Ärztekammer f. Steiermark, Sportärztereferent

09:00 – 09:45 **Trainingsgrundlagen**  
(Indikation, Kontraindikationen, Istzustandanalyse, Zielformulierung)  
Dr. Kurt Leitner, Hohentauern

09:45 – 10:30 **Grundlagen der Medizinischen Trainingstherapie**  
Dr. Kurt Leitner, Hohentauern

10:30 – 11:00 Pause mit Verpflegung, Besuch der Ausstellung

11:00 – 12:30 **Doping – gesetzliche Grundlagen**  
(Richtlinien, was sollte der Arzt / die Ärztin wissen, was passiert bei einer Dopingkontrolle)  
Prim. Dr. Gerhard Postl, Graz

12:30 – 13:00 Fragen und Diskussion

13:00 – 14:00 Gemeinsames Mittagessen (im Grundkurs inkludiert), Speisesaal, Schloss Seggau

14:00 – 14:45 **Ernährung im Sport – Theoretische Grundlagen**  
(Makro-Mikronährstoffe, Wasserhaushalt)  
Univ.-Prof. Dr. Paul Haber, Wien

14:45 – 15:30 **Nahrungsergänzungsmittel – Sinn/Unsinn**  
Univ.-Prof. Dr. Paul Haber, Wien

**Fortsetzung des Grundkurses am Samstag**



## Freitag, 14.06.2019

### **Theorieseminar 1 – Umsetzung der Medizinischen Trainingslehre**

(Erstellung von „Trainingsrezepten“ für Patienten, Beratung zur Steigerung der Leistungsfähigkeit von Patienten und Breitensportlern)

ÖÄK-Diplom Sportmedizin: 2 Std. Theorie

16:00 – 17:30 Uhr, Schloss Seggau  
Dr. Kurt Leitner, Hohentauern

### **Theorieseminar 2 – Praxis der Sportlerernährung**

(Ernährungsberatung)

ÖÄK-Diplom Sportmedizin: 2 Std. Theorie

16:00 – 17:30 Uhr, Schloss Seggau  
Univ.-Prof. Dr. Paul Haber, Wien

### **Workshop 1 „Radfahren - Rennrad“ – Fortgeschritten**

(Technik, Ausrüstung, Einstellung, Wartung, Praktische Tipps und Tricks)

**Rennrad und Sportbekleidung erforderlich!**

ÖÄK-Diplom Sportmedizin: 3 Std. Praxis, 1 Std. Ärztesport

Unterweisung in die Bewegungsstruktur der Sportart „Radfahren“  
Training der motorischen Fähigkeiten, Technik und Koordination

16:00 – 19:00 Uhr, Schloss Seggau  
Florian Moser, BSc, Graz

## Samstag, 15.06.2019

### **Internistisch-Physiologischer Grundkurs III (Fortsetzung), Saal „Styria“**

Moderation: Prim. Dr. Gerhard Postl

09:00 – 10:30 **Sport unter speziellen Umgebungsbedingungen**

Höhe und Kälte

Dr. Bernd Haditsch, Graz

10:30 – 11:00 Pause mit Verpflegung, Besuch der Ausstellung

11:00 – 12:30 **Sport unter speziellen Umgebungsbedingungen**

Tauchen

Dr. Ulrike Preiml, Wien

12:30 – 13:00 Fragen und Diskussion

**13:00 Ende des Grundkurses**

13:00 – 14:00 Gemeinsames Mittagessen (im Grundkurs inkludiert), Speisesaal, Schloss Seggau



## Samstag, 15.06.2019

### **Theorieseminar 3 – Umsetzung der Medizinischen Trainingslehre**

(Wiederholung TS 1)

(Erstellung von „Trainingsrezepten“ für Patienten, Beratung zur Steigerung der Leistungsfähigkeit von Patienten und Breitensportlern)

ÖÄK-Diplom Sportmedizin: 2 Std. Theorie

14:00 – 15:30 Uhr, Schloss Seggau  
Dr. Kurt Leitner, Hohentauern

### **Theorieseminar 4 – Praxis der Sportlerernährung** (Wiederholung TS 2)

(Ernährungsberatung)

ÖÄK-Diplom Sportmedizin: 2 Std. Theorie

14:00 – 15:30 Uhr, Schloss Seggau  
Univ.-Prof. Dr. Paul Haber, Wien

### **Praxisseminar 1 – Finde deinen inneren Halt – ein Training zum Thema Koordination und lokale Stabilisation**

**Achtung: Maximal 20 TeilnehmerInnen (Turn- Sportbekleidung erforderlich)**

ÖÄK-Diplom Sportmedizin: 1 Std. Theorie, 2 Std. Praxis, 1 Std. Ärztesport

16:00 – 19:00 Uhr, Schloss Seggau  
Markus Strini, Ragnitz

### **Praxisseminar 2 – Funktionelles Training für Hobby- und Leistungssport**

**Achtung: Maximal 20 TeilnehmerInnen (Turn- Sportbekleidung erforderlich)**

ÖÄK-Diplom Sportmedizin: 1 Std. Theorie, 2 Std. Praxis, 1 Std. Ärztesport

16:00 – 19:00 Uhr, Schloss Seggau  
Mag. Adnan Sieder-Buturovic, Graz

## Sonntag, 16.06.2019

### **Praxisseminar 3 – Finde deinen inneren Halt – ein Training zum Thema Koordination und lokale Stabilisation:**

(Wiederholung PS 1)

**Achtung: Maximal 20 TeilnehmerInnen (Turn- Sportbekleidung erforderlich)**

ÖÄK-Diplom Sportmedizin: 1 Std. Theorie, 2 Std. Praxis, 1 Std. Ärztesport

09:00 – 12:00 Uhr, Schloss Seggau  
Markus Strini, Ragnitz



**Sonntag, 16.06.2019**

## Praxisseminar 4 – Funktionelles Training für Hobby- und Leistungssport

(Wiederholung PS2)

**Achtung: Maximal 20 TeilnehmerInnen (Turn- Sportbekleidung erforderlich)**

ÖÄK-Diplom Sportmedizin: 1 Std. Theorie, 2 Std. Praxis, 1 Std. Ärztesport

09:00 – 12:00 Uhr, Schloss Seggau  
Mag. Adnan Sieder-Buturovic, Graz

**12:00 Uhr Ende der Sportärztetage**

## Referenten

Univ.-Prof. Dr. Paul Haber  
Dr. Bernd Haditsch

Facharzt für Innere Medizin, Gesund in Schönbrunn, Wien  
Facharzt für Innere Medizin, Travel Med Center Graz  
im Ärztezentrum Prophy Docs

Dr. Kurt Leitner  
Florian Moser, BSc (Rennrad)  
Prim. Dr. Gerhard Postl

Arzt für Allgemeinmedizin, Sportarzt, Hohentauern  
Trainingswissenschaftler (Trainer), Graz

Dr. Ulrike Preiml  
Mag. Adnan Sieder-Buturovic  
Markus Strini

LKH Graz II, Sportärztereferent ÄK Stmk., Graz

Ärztin für Allgemeinmedizin, Sportärztin, Wien

Trainingswissenschaftler (Trainer), Graz

ex Profitriathlet (5x WM-Teilnahme Hawaii), Triathlon  
Trainer, 8403 Ragnitz

**Wir danken für die Unterstützung des Sponsors:**



## Seminargebühren

Internistisch-Physiologischer Grundkurs III	EUR 195,-- (inkl. Mittagessen + Pausenverpflegung)
Theorieseminar 1, 2, 3, 4 je	EUR 55,--
Praxisseminar 1, 2, 3, 4 je	EUR 80,--
Workshop 1	EUR 50,--

**ACHTUNG: Alle Sportgeräte und Sportbekleidung sind selbst mitzubringen!**

## Anrechenbar für das ÖÄK-Diplom Sportmedizin:

Internistisch-Physiologischer Grundkurs III	10 Std. Grundkurs
Theorieseminar 1, 2, 3, 4 je	2 Std. Theorie
Praxisseminar 1, 2, 3, 4 je	1 Std. Theorie + 2 Std. Praxis + 1 Std. Ärztesport
Workshop 1	3 Std. Praxis + 1 Std. Ärztesport

**DFP-Fach-approbiert**





## Hotelreservierung

### Schloss Seggau

Hotel- und Tagungszentrum  
8430 Leibnitz, Seggauberg 1  
Tel: 03452/82435-7235  
Fax: 03452/82453-7777  
E-Mail: schloss@seggau.com  
<http://www.seggau.com/>

EZ inkl. Frühstück im Neubau: EUR 94,50 / Nacht inkl. Ortstaxe

DZ inkl. Frühstück im Neubau: EUR 71,50 /pro Person / Nacht  
inkl. Ortstaxe

Die Rezeption ist von 07:30 – 21:00 Uhr geöffnet.

Abendessen ist a la carte in der Schloss Taverne von 19:00 – 21:00 Uhr möglich.

Weitere Unterkunftsmöglichkeiten unter <http://www.leibnitz.info/zimmerverzeichnis/>

## Wichtige Informationen:

- ❖ **Das komplette aktuelle Programm und eine Online-Anmeldemöglichkeit finden Sie im Internet in unserem Fortbildungsportal: <http://www.med.or.at/sport>**
- ❖ **Workshop, Ärztesport, Praxis- und Theorieseminare:**
  - **Wichtig: Alle Sportgeräte und entsprechende Sportbekleidung und Verletzungsschutz sind selbst mitzubringen.**
  - Für eine Duschmöglichkeit (Handtuch bitte mitbringen) wird gesorgt.
  - Die **Pausen** während des Ärztesports werden in den Gruppen festgelegt.
  - Gerne können Sie auch Ihre(n) **Partner(in)** zum Sportprogramm anmelden.
  - Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.
- ❖ Für die **Theorieseminare, Praxisseminare und für die Workshops** ist eine **Mindestteilnehmerzahl** notwendig. Bei Nicht-Erreichen behält sich der Veranstalter vor, die Gruppen zusammenzulegen oder gegen Kostenrückerstattung abzusagen. Programmänderungen aufgrund von Referentenwechsel oder zu geringer Teilnehmerzahl behält sich der Veranstalter vor.
- ❖ Wir weisen darauf hin, dass sowohl der **Veranstalter**, als auch die **Vortragenden und Trainer** keine wie immer geartete **Haftung** gegenüber dem Teilnehmer oder dritten Personen übernehmen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.
- ❖ Wir erlauben uns Sie darauf hinzuweisen, dass die erfolgreiche Absolvierung des Grundkurses nur bei **vollständiger Teilnahme** an allen Vorträgen bestätigt werden kann.
- ❖ Für Teilnehmer am Internistisch-Physiologischen Grundkurs III ist das Mittagessen im Speisesaal sowie die Vormittagspause mit Verpflegung inkludiert.
- ❖ **Anmeldung:**  
Ihre verbindliche Anmeldung ist nur schriftlich per Fax, E-Mail oder im Internet unter: <http://www.med.or.at/> möglich.
- ❖ **Seminarbeiträge:**  
Die Vergabe der limitierten Seminarplätze erfolgt in der Reihenfolge des Einlangens der Anmeldung. Die Seminarbeiträge werden mit der Anmeldebestätigung (per Post oder E-Mail) vorgeschrieben.

❖ **Skriptum:**

Die **Vortragsunterlagen für den Grundkurs sowie für die Theorie- und Praxisseminare** werden vor Beginn der Veranstaltung (sofort nach Erhalt von den Vortragenden) für die Teilnehmer auf unserem Fortbildungsportal (<http://www.med.or.at>) zur persönlichen Nutzung zur Verfügung gestellt. Zum Download-Bereich gelangen Sie, indem Sie sich im Fortbildungsportal mit Ihren Benutzerdaten einloggen, unter den Punkt „Meine Fortbildungen – Meine Skripten“. Sie erhalten nur Zugriff auf den Download-Bereich, wenn die Kursgebühr bereits entrichtet und bei uns verbucht worden ist. Es werden keine Papierunterlagen mehr ausgeben.

❖ **Abmeldung und Storno, Widerrufsrecht:**

Jede Anmeldung ist verbindlich. Eine Abmeldung von einem Seminar ist nur bis 7 Werktagen (7.6.2019) vor Beginn der Sportärztetage möglich. Bei vollständiger Abmeldung ist eine Stornogebühr von EUR 25,- fällig. Bei Nichterscheinen ohne Abmeldung ist der volle Seminarbeitrag zu bezahlen.

Mit Ihrer Anmeldung bestätigen Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen sowie die Belehrung zum Widerrufsrecht. Ausführliche Informationen finden Sie in der AGB (Internet: [www.med.or.at/agb](http://www.med.or.at/agb)).

Ein Widerruf Ihrer Bestellung ist innerhalb von 14 Tagen kostenfrei möglich.

❖ **Veranstalter:**

Ärztekammer für Steiermark, Sportärztereferat

❖ **Auskunft:**

Ärztekammer für Steiermark, Fortbildungsreferat, Frau Michaela Hutter  
8011 Graz, Postfach 162, Kaiserfeldgasse 29  
Tel.: 0316/8044-37, Fax: 0316/8044-132  
E-Mail: [fortbildung@aekstmk.or.at](mailto:fortbildung@aekstmk.or.at)  
Internet: [www.aekstmk.or.at](http://www.aekstmk.or.at)

❖ **Bankverbindung:**

Ärztekammer für Steiermark, Verwendungszweck: Sportärzte  
Volksbank Steiermark AG  
IBAN: AT91 4477 0000 0010 1338      BIC: VBOEATWWGRA

**Fr. 14.06.2019, 08:45 – 15:30 Uhr (Grundkurs III)**  
**Sa. 15.06.2019, 09:00 – 13:00 Uhr (Grundkurs III – Fortsetzung)**  
 Ort: Saal „Styria“, Schloss Seggau, Leibnitz

**Internistisch-Physiologischer Grundkurs III** <sup>EUR</sup> 195,-- (inkl. Mittagessen + Pausenverpflegung)

**Fr. 14.06.2019, 16:00 – 17:30 Uhr**  
 Ort: Schloss Seggau  
 **Theorieseminar 1**  
 „Umsetzung der Med. Trainingslehre“  
<sup>EUR</sup> 55,--

**Fr. 14.06.2019, 16:00 – 17:30 Uhr**  
 Ort: Schloss Seggau  
 **Theorieseminar 2**  
 „Praxis der Sportlerernährung“  
<sup>EUR</sup> 55,--

**Fr. 14.06.2019, 16:00 – 19:00 Uhr**  
 Ort: Schloss Seggau  
 **Workshop 1 „Radfahren - Rennrad“, Fortgeschritten** (Rennrad und Sportbekleidung erforderlich!)  
<sup>EUR</sup> 50,--

**Sa. 15.06.2019, 14:00 – 15:30 Uhr**  
 Ort: Schloss Seggau  
 **Theorieseminar 3**  
 „Umsetzung der Med. Trainingslehre“  
 (Wiederholung Theorieseminar 1)  
<sup>EUR</sup> 55,--

**Sa. 15.06.2019, 14:00 – 15:30 Uhr**  
 Ort: Schloss Seggau  
 **Theorieseminar 4**  
 „Praxis der Sportlerernährung“  
 (Wiederholung Theorieseminar 2)  
<sup>EUR</sup> 55,--

**Sa. 15.06.2019, 16:00 – 19:00 Uhr**  
 Ort: Schloss Seggau  
 **Praxisseminar 1**  
 „Finde deinen inneren Halt – Ein Training....“  
<sup>EUR</sup> 80,--

**Sa. 15.06.2019, 16:00 – 19:00 Uhr**  
 Ort: Schloss Seggau  
 **Praxisseminar 2**  
 „Funktionelles Training für Hobby- und Leistungssport“  
<sup>EUR</sup> 80,--

**So. 16.06.2019, 09:00 – 12:00 Uhr**  
 Ort: Schloss Seggau  
 **Praxisseminar 3**  
 „Finde deinen inneren Halt – Ein Training....“  
 (Wiederholung Praxisseminar 1)  
<sup>EUR</sup> 80,--

**So. 16.06.2019, 09:00 – 12:00 Uhr**  
 Ort: Schloss Seggau  
 **Praxisseminar 4**  
 „Funktionelles Training für Hobby- und Leistungssport“  
 (Wiederholung Praxisseminar 2)  
<sup>EUR</sup> 80,--

Name der Ärztin / des Arztes:

Turnus       Allgemeinmedizin       Facharzt/ärztin

Straße  
 PLZ, Ort:

ÖÄK-Arztnummer:  
 oder  
 Geb.-Datum:

E-Mail:

Telefon (tagsüber / Mobil):

Name der Begleitperson:

Straße:

PLZ, Ort:

E-Mail:

Telefon (tagsüber / Mobil):

Ort, Datum

Unterschrift

Bitte zutreffendes ankreuzen! Die Anmeldung ist verbindlich. Stornobedingungen und Widerrufsrecht siehe Programm!