

36. Sportmedizinisches Seminar



**NEUE REIZE FÜR
OPTIMIERTE BEWEGUNG**
**KOORDINATION – SENSOMOTORIK
PROPRIOZEPTION**

am 3. November 2012 im SpOrt Stuttgart

Mit freundlicher
Unterstützung der

**BARMER
GEK** die gesund
experten

Der Reiz der Körperbeherrschung

Wir Erwachsenen haben unsere Freude daran, Babys und Kleinkinder beim Lernen zu beobachten. Unbeholfen und tappsig wirkt es oft, wenn die kleinen Händchen den Greifring verfehlen, die Beinchen bei den ersten Schritten noch einknicken oder das Löffelchen mit Brei den Mund verfehlt. Was die Kleinen trainieren müssen, sind Koordination, Sensomotorik und Propriozeption – damit das Gehirn die Sinneswahrnehmungen und die Körperbewegungen aufeinander abstimmen kann.

Ungelenk und überfordert mag es manchmal aussehen, wenn wir Erwachsenen die ersten Male auf eine Slackline steigen oder uns nur mit größter Konzentration liegend auf dem Pezziball halten können. Denn dann sind unsere Fähigkeiten in der Koordination, Sensomotorik und Propriozeption gefragt, um diese für unseren Körper neuen Situationen zu meistern. Während Kinder solche Herausforderungen meist schnell und intuitiv bewältigen, brauchen wir als Erwachsene mehr Zeit und Übung.

Doch wie funktioniert die Verbindung von Gehirn, Sinnen und Bewegungen? Wie schult man Koordination, Sensomotorik und Propriozeption? Das Sportmedizinische Seminar am 3. November greift diese wichtigen Fragen auf in Theorie und Praxis. Denn nach zwei einleitenden Vorträgen stehen am Nachmittag gleich sechs verschiedene Workshops zur Auswahl.

Ob Übungsleiter im Breiten-, oder Trainer im Wettkampfsport – den Körper zu beherrschen und die richtige Bewegung zum richtigen Zeitpunkt auszuführen, ist für fast jeden Sport von zentraler Bedeutung. Das gelingt nur, wenn wir Koordination, Sensomotorik und Propriozeption gezielt trainieren.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Elvira Menzer-Haasis
Vizepräsidentin des Württembergischen Landessportbundes e.V.

In Zusammenarbeit mit



Prof. Dr. Klaus Steinbrück
Ansprechpartner für die Landesärztekammer Baden-Württemberg, Orthopädische Klinik Stuttgart-Botnang

Neue Reize für optimierte Bewegung Koordination - Sensomotorik – Propriozeption

am 3. November 2012 im SpOrt Stuttgart

9:15
Uhr

Eröffnung durch den Württembergischen
Landessportbund

Elvira Menzer-Haasis

Vizepräsidentin des WLSB

Begrüßung durch die Sportärzteschaft

Prof. Dr. Klaus Steinbrück

Sportärzteschaft Baden-Württemberg

Begrüßung durch die BARMER GEK

Harald Müller

Landesgeschäftsführer der BARMER GEK

9:30
Uhr

Vortrag:

Grundlagen der Koordination

Prof. Dr. Wilfried Alt

Universität Stuttgart

10:45
Uhr

Vortrag:

Propriozeption und sensomotorisches Training

Prof. Dr. Dietmar Schmidtbleicher

Universität Frankfurt

Pause

13:00
Uhr

Workshoprunde 1 (WS 1–WS 6)

14:30
Uhr

Workshoprunde 2 (WS 1–WS 6)

WS 1

Life Kinetik® – Bewegung fürs Gehirn

Mario Anders, ANDERS

WS 2

Slackline

Erik Müller-Rochholz, slackstar

WS 3

Tai Chi Prinzipien im sensomotorischen Training

Ernst Rämisch, Klinik Medical Park Bad Wiessee

WS 4

Ballkorobik

**Margarete Lehmann, Württembergischer
Fußballverband**

WS 5

Körperstabilisation mit dem Slingtrainer

Doris Steinhart, Federseeklinik Bad Buchau

WS 6

Sensomotorisches Training mit der Gymnastikmatte
und dem AeroStep XL

Renate Wörle-Glomb, Schwäbischer Turnerbund

16:00
Uhr

Ende der Veranstaltung



Moderator

Prof. Dr. Martin Huonker

Landessportbundarzt, Ärztlicher

Direktor der Federseeklinik Bad Buchau

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Württembergischer Landessportbund e.V.

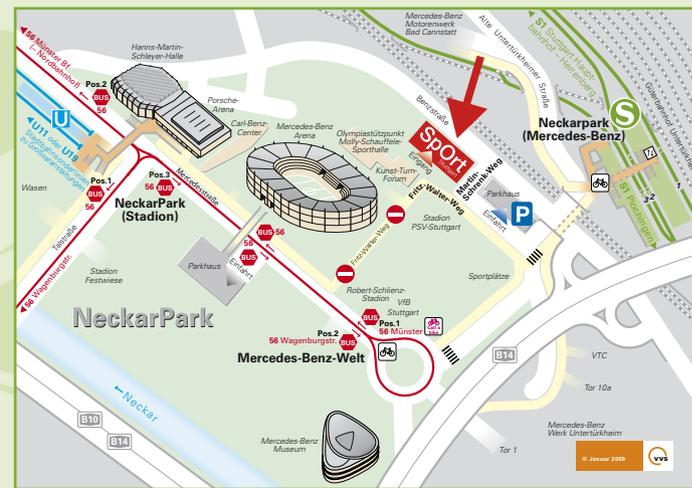
Geschäftsbereich Sport und Gesellschaft

Fritz-Walter-Weg 19 · 70372 Stuttgart

Tel.: 0711/280 77-174 · Fax: 0711/280 77-104

E-Mail: veranstaltung@wlsb.de · Internet: www.wlsb.de

Anfahrt zum SpOrt Stuttgart



SpOrt Stuttgart
Fritz-Walter-Weg 19
70372 Stuttgart

Parkmöglichkeiten stehen im Parkhaus neben dem SpOrt Stuttgart ggf. gegen Gebühr zur Verfügung.

Hinweise zur Veranstaltung

Anmeldeschluss: 22.10.2012

Die Veranstaltung richtet sich an Übungsleiter, Trainer, Ärzte und alle Interessierten.

Lizenzverlängerung:

6 LE für die Veranstaltung für ÜL C Breitensport und ÜL B „Sport in der Krebsnachsorge“. Trainer C Breitensport und Trainer C Leistungssport bitte mit dem zuständigen Fachverband klären. 9 CME-Punkte der Landesärztekammer.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Weitere Informationen zum Sportmedizinischen Seminar finden Sie auf unserer Homepage



<http://spomed.wlsb.de>



Jetzt wechseln!

Die BARMER GEK ist der optimale Partner für sportlich Aktive und bietet eine ganze Menge.

➤ Zum Beispiel:

- rund 800 Geschäftsstellen bundesweit
- erfolgreiche Bonusprogramme
- attraktive Wahltarife
- exklusive Zusatzversicherungen
- www.barmer-gek.de

➤ Machen Sie das Deutsche Sportabzeichen! Sie erhalten 150 Punkte für das Bonusprogramm aktiv pluspunkten von der BARMER GEK.

BARMER
GEK die gesund
experten



Mehr Infos:
www.bestdienstleister.de
(März 2012)
oder in jeder BARMER GEK
Geschäftsstelle.

Anmeldung zum 36. Sportmedizinischen Seminar

**Neue Reize für optimierte Bewegung
Koordination – Sensomotorik
Propriozeption**

am 3. November 2012 im SpOrt Stuttgart

Württembergischer
Landessportbund e.V.
Württembergischer
Landessportbund e.V.



Anmeldeschluss: 22.10.2012

Anmeldung: veranstaltung@wlsb.de

oder per Fax: 0711/28077-104

An den
Württembergischen Landessportbund e.V.
Geschäftsbereich Sport und Gesellschaft
Fritz-Walter-Weg 19

70372 Stuttgart

Ich nehme an der Veranstaltung am 3. November teil.
(Kosten: 30 Euro inkl. Tagungsgetränk)

Ich besuche folgende zwei Workshops (bitte
ankreuzen):

- Life Kinetik® – Bewegung fürs Gehirn
- Slackline
- Tai Chi Prinzipien im sensomotorischen
Training
- Ballkorobik
- Körperstabilisation mit dem Slingtrainer
- Sensomotorisches Training mit der Gymnastik-
matte und dem AeroStep XL

Ich nehme als Arzt an der Veranstaltung teil und be-
nötige eine Bescheinigung über die CME-Punkte der
Landesärztekammer.
(Kosten: 40 Euro inkl. Tagungsgetränk)

Ich bin damit einverstanden, dass die Teilnahmegebühr in
Höhe von ____ Euro von meinem Privatkonto/Vereinskonto
abgebucht wird. 

Name _____ Vorname _____

Geb.-Datum _____ E-Mail _____

Verein/Organisation _____

Kontoinhaber _____ Konto-Nr. _____

Name der Bank _____ BLZ _____

Ort, Datum _____ Unterschrift _____

Die Abbuchung der entsprechenden Teilnahmegebühr sowie detaillierte Informa-
tionen erfolgen zwei Wochen vor der Veranstaltung. Bei einer Absage nach Montag,
22.10.2012, können wir die Teilnahmegebühr leider nicht mehr zurückerstatten.
Datenschutzhinweis: Für die Veranstaltung ist das Erheben, Speichern und Verarbeiten
Ihrer persönlichen Daten unumgänglich. Dies geschieht ausschließlich zum Zweck der
Organisation und Durchführung der Veranstaltung. Die Veranstalter garantieren, dass
keine Informationen an Dritte weitergegeben und diese nur für administrative Zwecke
verwendet werden.