

*Fortbildung für die Sportmedizin  
und Rehabilitation*

2020

*Programm*

*„Gäbe es eine Pille, die genauso wie ein individuell angepasstes körperliches Training folgende Eigenschaften in sich vereinigen würde:*

- Senkung des myokardialen Sauerstoffbedarfs,
- Vergrößerung des myokardialen Sauerstoffangebots,
- Hemmung der Arterioskleroseentwicklung,
- Verbesserung der Fließeigenschaft des Blutes, verbunden mit einem anti-thrombotischen Effekt,
- Entgegenwirken der Adipositasentwicklung,
- Begünstigung einer optimalen Entwicklung von Körper und Geist,
- Vermeidung von körperlichen und geistigen altersbedingten Leistungseinbußen

*würde dieses Präparat zweifelsfrei als ‚Medikament des Jahrhunderts‘ angepriesen!“*

*(nach Hollmann 1995)*

Akademie

## *Herzlich Willkommen bei der ergoline Akademie!*

Wie auch in den vergangenen Jahren freuen wir uns, Ihnen auch für 2020 ein sehr interessantes Spektrum an Fortbildungsveranstaltungen präsentieren zu dürfen.

Unser Referententeam, bestehend aus praxiserfahrenen Ärzten und Sportwissenschaftlern aus der stationären und ambulanten Rehabilitation, ist wieder voll motiviert Ihnen den aktuellen Stand der Wissenschaft im Bereich der Diagnostik und der Trainingssteuerung in unseren interdisziplinären Seminaren zu vermitteln.

Die Inhalte der Seminare sind durch unsere enge Kooperation mit Rehabilitations- und Universitätskliniken sowie sportwissenschaftlichen Instituten geprägt und unterstützen Sie, Ihre tägliche Arbeit zu optimieren und die Lebensqualität der Patienten zu verbessern.

Es würde uns freuen, Sie demnächst bei einer unserer Fortbildungen begrüßen zu dürfen.

Ein entsprechendes Anmeldeformular finden Sie in diesem Programmheft – aktuelle Informationen zu den Veranstaltungen auch im Internet unter [www.ergoline.com](http://www.ergoline.com).

Mit freundlichen Grüßen

  
Philipp Heinzl  
Leitung Akademie

  
Felix Matthäi  
Dipl.-Sportwissenschaftler

## Übersicht Fortbildungskurse

- „Inhouse Seminare“	7
- „EKG-Seminar für Therapeuten“ Grundlagen der Trainingsüberwachung	9
- „Optimierte Trainings- und Belastungssteuerung in der kardiologischen Rehabilitation“	11
- „Einführung in die Pneumologische Sporttherapie“	13
- „Prärehabilitation bei kardiologischen und anderen inneren Erkrankungen“	15
- „Neue Aspekte der kardiologischen und pneumologischen Trainingslehre“	17
- „Krafttraining in der Therapie der Herzinsuffizienz“	19
- „Arterielle Hypertonie und Sport“	21
- „Sporttherapie nach Sternotomie und Krafttraining in der kardiologischen Rehabilitation“	23
- „Typ-2 Diabetes und Sport“	25
- „Leistungsdiagnostik im Ausdauer- und Gesundheitssport“	27
- „Medizinische Trainingstherapie bei pneumologischen Erkrankungen“	29
- „Sport- und Bewegungstherapie bei Adipositas und metabolischem Syndrom“	31
- „Laktatdiagnostik und Spiroergometrie in der Sportmedizin“	33
- „Stressintervention in der kardiologischen Reha im und durch Sport“	35
- „Sport und Krebs“ – Effektive Trainingsreize in der Betreuung von Krebspatienten	37

*Alle Fortbildungen mit 15 UE sind seitens der DVGS  
zur Verlängerung der Lizenzen „Innere Erkrankungen“ zertifiziert.*

## „Inhouse Seminare“

*Fortbildung ist die beste Qualitäts- und Kompetenzsicherung*

Regelmäßige Fortbildungen sind ein wichtiger Bestandteil zur Qualitätssicherung therapeutischer Maßnahmen im Rahmen einer umfassenden Rehabilitation von chronisch Kranken.

Diagnostik, medikamentöse Therapie, psychosoziale Betreuung, Ökotrophologie, Sportmedizin und Sportwissenschaft gehören zu den Grundpfeilern der sogenannten „Comprehensive Care“.

Um Ihr komplettes Team auf den aktuellen Stand der Wissenschaft zu bringen, können bei Interesse alle Fortbildungsthemen der ergoline Akademie auch als Inhouse-Seminar in Ihrer Klinik bzw. Einrichtung gebucht werden.

### *Vorteile*

- Planung und Durchführung individueller Seminare in Ihrer Einrichtung ohne großen organisatorischen Aufwand
- Individuelle inhaltliche Gestaltung an die Bedürfnisse und Wünsche Ihrer Mitarbeiter
- Umfassende Schulung für gleichen Wissensstand bei allen Mitarbeitern
- Finanziell günstige Alternative im Hinblick auf weitere Budgetierungen und Ausfallzeiten der Mitarbeiter
- Ein- und mehrtägige Seminare bis hin zu Rahmenverträgen über regelmäßige Fortbildungen an Ihrer Einrichtung
- Profitieren Sie von unserer langjährigen Kompetenz und Erfahrung in Fort- und Weiterbildungen

*Bringen Sie Ihr Team auf den aktuellen Wissensstand.  
Gerne senden wir Ihnen ein individuelles Angebot zu.*

*Inhouse Seminare finden Sie ab Seite 28/29.*

Termin 1 – Kursort **Köln**

~~– 21. – 22. Februar 2020~~

Termin 2 – Kursort **Bern**

– 27. – 28. März 2020

Termin 3 – Kursort **Leipzig**

– 05. – 06. Juni 2020

Termin 4 – Kursort **Frankfurt**

– 11. – 12. September 2020

### **Achtung:**

**Dieses Seminar wird auf den  
24. - 25. April 2020 verlegt!**

Dauer: **1½ Tage** (15 UE)

Referent: **Thomas Peter**

Kosten: **245,- €**

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugeschickt.

Bitte beachten Sie die abweichenden Seminarzeiten!

Freitag: 14.30 – 18.00 Uhr

Samstag: 09.00 – 15.00 Uhr

## „EKG Seminar für Therapeuten“

Grundlagen der Trainingsüberwachung

Die Vermittlung von umfassendem Wissen über Anatomie und elektrophysische Abläufe des Herzens.

Im Fokus stehen die korrekte EKG-Registrierung, Auswertung und Interpretation sowie die Ursachen, Terminologie und Pathophysiologie von Herzrhythmusstörungen.

Der Kurs ist gezielt auf die Belange von Therapeuten ausgelegt, um die in der Praxis auftretenden Herzrhythmusstörungen (z. B. EKG-überwachtes Ergometer-training) schnell zu erkennen und zu interpretieren.

### Inhalte

- Anatomie des Reizbildungs- und Reizleitungssystems
- Elektrophysiologie des Herzens – Grundvoraussetzungen der Herztätigkeit
- Standard-Ableitungen im EKG und ihr praktischer Bezug zur Ergotherapie
- Bestandteile des EKG und ihre Bedeutung für die differenzierte EKG-Blickdiagnostik
- Artefakte und ihre Beseitigung
- Pathologische Veränderungen im EKG:
  - Reizbildungs- und Reizleitungsstörungen
  - Tachykarde und bradykarde Rhythmusstörungen
  - Breite und schmale Kammerkomplexe und ihre Bedeutung für die EKG-Blickdiagnose
  - Lebensbedrohliche Rhythmusstörungen
  - Veränderungen der Erregungsrückbildung
  - Infarktstadien und ihre typischen EKG-Veränderungen
  - EKG-Veränderungen bei Vorder- und Hinterwandinfarkten
- Blickdiagnostik am EKG-Monitor mit möglicher Live-Demonstration am Ergometer

Termin 1 – Kursort **CCB Herzwerk Frankfurt am Main**  
 – **06. – 07. März 2020**

Dauer: **1½ Tage** (16 UE)  
 Referenten: **Peter Dohmann,**  
**Gerrit Fautz**  
 Kosten: **245,- €**

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugeschickt.

Bitte beachten Sie die abweichenden Seminarzeiten!  
 Freitag: 16.00 – 19.00 Uhr  
 Samstag: 08.30 – 16.30 Uhr

## „Optimierte Trainings- und Belastungssteuerung in der kardiologischen Rehabilitation“

Im Seminar werden vorrangig Inhalte des Ausdauertrainings in der kardiologischen Rehabilitation behandelt. Mit moderner Trainingssoftware ergeben sich vielfältige Möglichkeiten (Trainingssteuerung, Tele-EKG, Dokumentation) für ein effektives und sicheres Training. Alle Inhalte werden in Theorie und Praxis behandelt.

### Inhalte

- Leistungsdiagnostik (Belastungs-EKG, Spiroergometrie, Laktatdiagnostik, 6-min Gehstest)
- Interpretation der Ergebnisse (Diagnostik) und Umsetzung in die Sporttherapie
- Trainings- und Belastungssteuerung beim Ergometertraining: HF-gesteuertes Training, lastgesteuertes Training, Laktatmessung
- Belastungsprofile: Dauer- und Intervallmethoden, High-Intensity-Intervalle
- Leitlinien und evidenzbasiertes Training
- Praktische Erprobung (Trainingskleidung!)

Termin 1 – Kursort **Rehaklinik Heidelberg-Königstuhl**

– **06. – 07. März 2020**

Termin 2 – Kursort **Rehaklinik Heidelberg-Königstuhl**

– **23. – 24. Oktober 2020**

Dauer: **1½ Tage** (15 UE)

Referenten: **Uwe Schwan,**  
**Susanne Mets**

Kosten: **250,- €**

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugeschickt.

## „Einführung in die Pneumologische Sporttherapie“

In diesem Seminar geben die Dozenten Einblick in die sporttherapeutische pneumologische Rehabilitation.

### *Inhalte*

- Anatomie, Physiologie der Lunge
- Krankheitsbilder COPD, Pulmonale Hypertonie, Asthma Bronchiale, Lungenfibrose, Pneumonien und weitere
- Belastungsdosierung
- Atemtherapeutische Ansätze
- Atemtrainingsgeräte
- Inhalationstherapie
- Ausdauertraining / Krafttraining

Termin 1 – Kursort **Georg-August-Universität Göttingen,**  
**Institut für Sportwissenschaften**  
– **20. – 21. März 2020**

Dauer: **1½ Tage** (15 UE)  
Referenten: **Dr. Carolin Steinmetz,**  
**Dr. Oliver Klassen**  
Kosten: **245,- €**

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugeschickt.

## „Prärehabilitation bei kardiologischen und anderen inneren Erkrankungen“

Das Thema der Prärehabilitation vor elektiven operativen Eingriffen tritt immer stärker in den Fokus der Wissenschaft. Die Grundidee besteht darin, durch eine präoperative multimodale Intervention, bestehend aus einer Trainingsintervention, Entspannungsverfahren, ökotrophologischer und psychologischer Betreuung, den Patienten gezielt auf das bevorstehende Ereignis vorzubereiten. Ziel ist es, postoperativ ein möglichst hohes Maß an Funktionsfähigkeit und Wiederherstellung auf biopsychosozialer Ebene zu erreichen.

In dem Seminar werden sowohl die Möglichkeiten, als auch die Grenzen der Prärehabilitation anhand des aktuellen wissenschaftlichen Standes in Theorie und Praxis aufgezeigt. Sie lernen u. a., welches Patientenkontext sich für die Prärehabilitation eignet und wie eine Trainingsintervention aufgebaut und gesteuert werden sollte.

### Inhalte

- Aktuelle Studienlage der Prärehabilitationsforschung
- Allgemeine Ziele der Prärehabilitation
- Wie multimodal sollte eine Prärehabilitation aufgestellt sein?
- Effektivität der Prärehabilitation bei hochaltrigen und multimorbiden Patienten
- Stellenwert der Prärehabilitation im internationalen Vergleich
- Trainingsintensität und -steuerung in der Prärehabilitation
- Implementierung der Prärehabilitation in den klinischen Alltag
- Beeinflussung der Nachhaltigkeit



Termin 1 – Kursort **Rehaklinik Heidelberg-Königstuhl**

– **20. – 21. März 2020**

Termin 2 – Kursort **Rehaklinik Heidelberg-Königstuhl**

– **16. – 17. Oktober 2020**

Dauer: **1½ Tage** (15 UE)

Referent: **Uwe Schwan**

Kosten: **250,- €**

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugeschickt.

Bitte beachten Sie die abweichenden Seminarzeiten!

Freitag: 15.00 – 20.45 Uhr

Samstag: 09.00 – 17.00 Uhr

## „Neue Aspekte der kardiologischen und pneumologischen Trainingslehre“

Die Zielstellung des Kurses ist die Verbindung von rehabilitativer Kardiologie mit Ausdauertraining, Intervalltraining, Krafttraining und Schwimmen.

Neben praktischen Anwendungsbeispielen wird intensives theoretisches Grundwissen über kardiologische Trainings-Therapie vermittelt, und wie diese in die bewegungstherapeutischen Sportarten wie Schwimmen und gezieltes Krafttraining adaptiert wird.

Hier lernen Sie, auf was geachtet werden muss, wo die Besonderheiten liegen und wie man Kardiologie in der Diagnostik und Therapiemethodik effektiv umsetzen kann.

### Inhalte

- Aktuelle Leitlinien der Fachgesellschaften
- Belastungsdosierung Ausdauertraining
- Belastungsdosierung Intervalltraining
- Kardiale Reaktionen auf Kraftbelastungen
- Methodik des Kraft- und Ausdauertrainings
- Kraft- und Intervalltraining bei Herzinsuffizienz
- Physiologie Wasseraufenthalt und Schwimmen
- Belastungsdosierung nach herzchirurgischen Eingriffen (Sternotomie)
- Sport bei pulmonaler Hypertonie

Termin – Kursort **Augsburg**

– **08. – 09. Mai 2020**

Dauer: **1 Tag** (8 UE)

Referenten: **Dr. phil. Konstantinos Volaklis**

**Dr. Christoph Altendorfer**

Kosten: **225,- €**

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugeschickt.

Bitte beachten Sie die abweichenden Seminarzeiten! Diese werden Ihnen in der Anmeldebestätigung mitgeteilt.

## „Krafttraining in der Therapie der Herzinsuffizienz“

Das Seminar beschäftigt sich mit der Anwendung des Krafttrainings bei Patienten mit Herzinsuffizienz (HI). Bis vor einiger Zeit wurde das Krafttraining in den Trainingsprogrammen von Herzschwächepatienten kritisch gesehen und abgelehnt. Neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen zufolge stellt aber die Verbesserung der Muskelkraft bei Patienten mit HI eines der wichtigsten Trainingsziele dar, vor allem um dem schnellen, alters- und krankheitsbedingten Muskelabbau entgegenzuwirken.

Im Fokus stehen sowohl die akuten und chronischen Trainingsadaptationen des Krafttrainings, als auch Themen der Trainings- und Belastungssteuerung. Die aktuellen Leitlinien werden präsentiert und diskutiert.

### Inhalte

- Pathophysiologie der Herzinsuffizienz
- Die muskuläre Hypothese: Implikationen für das Training
- Akute und chronische Adaptationen des Krafttrainings
- Methodische Aspekte des Krafttrainings
- Aktuelle Empfehlungen und Leitlinien
- Krafttraining bei Hochrisikopatienten
- Praxis: Training mit Patienten

Termin – Kursort **Augsburg**

– **10. – 11. Oktober 2020**

Dauer: **1 Tag** (8 UE)

Referenten: **Dr. phil. Konstantinos Volaklis**

Kosten: **225,- €**

*Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugeschickt.*

*Bitte beachten Sie die abweichenden Seminarzeiten! Diese werden Ihnen in der Anmeldebestätigung mitgeteilt.*

## „Arterielle Hypertonie und Sport“

Die Sporttherapie wird seit Jahren als ein wichtiger Bestandteil der nicht-medikamentösen Therapie der arteriellen Hypertonie anerkannt – was aber in der Praxis sehr oft vernachlässigt wird.

Das Seminar beschäftigt sich mit der Anwendung der Sporttherapie bei Blutdruckpatienten gemäß den aktuellen Leitlinien. Im Fokus stehen die akuten und chronischen Trainingsadaptationen, die Anwendung des Krafttrainings, die Wechselwirkung von Medikamenten und Sport sowie das Einsetzen der Sporttherapie bei speziellen Zielgruppen (z. B. Patienten mit diastolischer und resistenter Hypertonie).

### *Inhalte*

- Pathophysiologie der arteriellen Hypertonie
- Akute und chronische Adaptationen des Trainings
- Mechanismen des Phänomens „Post-exercise Hypotension“
- Diastolische Hypertonie und Sport
- Medikamente und Sporttherapie
- Resistente Hypertonie und Sport
- Krafttraining und arterielle Hypertonie
- Aktuelle Empfehlungen und Leitlinien
- Praxis: Training mit Patienten

Termin 1 – Kursort **CCB Herzwerk Frankfurt am Main**  
 – **23. – 24. Oktober 2020**

Dauer: **1½ Tage** (15 UE)  
 Referenten: **Peter Dohmann,**  
**Gerrit Fautz**  
 Kosten: **245,- €**

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugeschickt.

Bitte beachten Sie die abweichenden Seminarzeiten!  
 Freitag: 16.00 – 19.00 Uhr  
 Samstag: 08.30 – 16.30 Uhr

## „Sporttherapie nach Sternotomie und Krafttraining in der kardiologischen Rehabilitation“

Das Seminar beschäftigt sich mit Aspekten des Krafttrainings in der kardiologischen Rehabilitation.

Vorrangig soll das „Training nach Sternotomie“ thematisiert werden. Die üblicherweise restriktiven Verhaltensempfehlungen werden in der letzten Zeit häufiger kritisiert.

Inwieweit können Trainingsinhalte mit Oberkörperbelastungen in der frühen Phase nach Sternotomie eingesetzt werden?

Im Kurs werden theoretische und methodische Aspekte sowie die praktische Umsetzung im Mittelpunkt stehen.

### Inhalte

- „Sternal Precautions“
- Aktuelle Empfehlungen und Leitlinien
- Sporttherapie mit Oberkörperbelastung nach Herzoperation
- Krafttraining nach Sternotomie
- Methodische Aspekte der Trainingstherapie nach Sternotomie
- Hämodynamik bei Kraftbelastungen
- Maximalkrafttests und Kraftausdauerests
- Trainingssteuerung und Methodik im Krafttraining mit Herzpatienten
- Praktische Umsetzung

Termin – Kursort **Augsburg**

– **07. November 2020**

Dauer: **1 Tag** (8 UE)

Referenten: **Dr. phil. Konstantinos Volaklis**

Kosten: **225,- €**

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugeschickt.

## „Typ-2 Diabetes und Sport“

Sporttherapie ist seit langem als eine der wichtigsten Maßnahmen in der Prävention und Rehabilitation der Typ-2 Diabetes anerkannt. Gemäß den aktuellen Leitlinien könnten rund 50 % der Typ-2 Diabetiker ohne Medikamente gut behandelt werden (d. h. mit körperlicher Aktivität und Ernährungsumstellung).

Im Fokus des Seminars stehen die akuten und chronischen Trainingsadaptationen unterschiedlicher Modalitäten (sowohl Kraft- als auch Ausdauertraining), der orale Glukosetoleranztest als Instrument der Diagnostik und der Trainingsanpassung, Themen der Belastungsdosierung (insbesondere bei Patienten mit Komplikationen) als auch Strategien zur Vorbeugung der Hypo/Hyperglykämie. Die aktuellen Leitlinien werden präsentiert und diskutiert.

### Inhalte

- Pathophysiologie der Typ-2 Diabetes
- Sporttherapie und Prävention der Typ-2 Diabetes: epidemiologische Studien
- Der Stoffwechsel von Kohlenhydraten: Implikationen für das Training
- Skelettmuskulatur und Insulinresistenz
- Krafttraining versus Ausdauertraining und Glukosetransport
- Medikamente und Sporttherapie bei Typ-2 Diabetikern
- Aktuelle Empfehlungen und Leitlinien
- Praxis: Training mit Patienten

Termin – Kursort **Jülich**  
 – **21. – 22. November 2020**

Dauer: **1½ Tage** (15 UE)  
 Referenten: **Mirco Smerecnik**  
 Kosten: **490,- €**

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugeschickt.

## „Leistungsdiagnostik im Ausdauer- und Gesundheitssport“

Der Workshop vermittelt neben den theoretischen Grundlagen wichtige praktische Anwendungsbeispiele in der Laktatdiagnostik und Spiroergometrie und gibt detaillierte Einblicke in die Möglichkeiten der modernen Leistungsdiagnostik.

Die Leistungsdiagnostik ist eine wichtige Grundlage für die sinnvolle Gestaltung des Trainingsprogramms für Gesundheits- und Ausdauersportler. Mit unseren Workshops erhalten Sie detaillierte Einblicke in die Möglichkeiten der Leistungsdiagnostik und deren wichtigsten Parameter. Erfahrene Leistungsdiagnostiker vermitteln neben den theoretischen Grundlagen wichtige praktische Anwendungsbeispiele.

### Inhalte

- Physiologische Grundlagen des Energiestoffwechsels
- Laktat zur Beurteilung der Ausdauerleistungsfähigkeit
- Spiroergometrische Parameter zur Beurteilung der Ausdauerleistungsfähigkeit
- Auswertung und Interpretation der erhobenen Daten
- Erarbeitung von Trainingsempfehlungen und Trainingssteuerung anhand der Testdaten
- Darstellung und Diskussion verschiedener spiroergometrischer Testprofile

Termin – Kursort **\_ nach Absprache**

Dauer: **nach Absprache**

Kosten: **individuelles Angebot**

## „Medizinische Trainingstherapie bei pneumologischen Erkrankungen“

Das Seminar beschäftigt sich mit den Inhalten der medizinischen Trainingstherapie bei Patienten mit pneumologischen Erkrankungen. Eine gezielte Trainingstherapie hat sich in den letzten Jahren als unabdingbare Säule in der Therapie chronischer Atemwegs- und Lungenerkrankungen etabliert.

Im Kurs werden sowohl die theoretischen und methodischen Aspekte als auch die praktische Umsetzung der MTT mit Patienten im Mittelpunkt stehen.

Die im Kurs gelernten Inhalte (für Indikationen wie z. B. COPD und Lungenfibrose in verschiedenen Krankheitsstadien) können sowohl im Rahmen stationärer/ambulanter Rehabilitation, als auch in der Physiotherapie-Praxis angewandt werden.

### Inhalte

- Pathophysiologische Veränderungen der Muskulatur bei COPD
- Veränderung der Atempumpe bei COPD
- Stellenwert körperlicher Aktivität/Methoden zur Aktivitätssteigerung
- Aktuelle Empfehlungen und Leitlinien
- Methodik Ausdauertraining bei pneumologischen Patienten
- Methodik Krafttraining bei pneumologischen Patienten
- Training mit Langzeitsauerstofftherapie
- Training mit Patienten in fortgeschrittenen Krankheitsstadien (vor / nach Lungentransplantation)
- Praxis: Ergometrie und Trainingssteuerung mit Patienten (Kraft- und Ausdauertraining)

Termin – Kursort **\_ nach Absprache**

Dauer: **nach Absprache**

Kosten: **individuelles Angebot**

## „Sport- und Bewegungstherapie bei Adipositas und metabolischem Syndrom“

Das Körpergewicht ist ein wichtiger Maßstab zur Beurteilung des Ernährungs- und Belastungszustandes.

Die Normalisierung des Körpergewichts verringert das Erkrankungsrisiko und steigert die Lebensqualität.

Doch die Behandlung von Übergewicht birgt therapeutische Besonderheiten!

Wie kann ich Übergewicht in der Sport- und Bewegungstherapie optimal und effektiv behandeln? – Dieser Kurs gibt Antworten!

Mit Hilfe von praxisnahen Konzepten wird der aktuelle Wissensstand und die therapeutische Behandlung von Adipositas und dem metabolischen Syndrom veranschaulicht und vermittelt.

### *Inhalte*

- Bewegungstherapie für Adipöse – klinische Aspekte
- Inhalte für ein Bewegungstraining bei Übergewicht
- Fettverbrennung – Wahrheit und Mythos
- Outdoor – Sport mit Übergewichtigen (Praxis)
- Adipositas bei Ergometertraining (Praxis)
- Adipositas bei Krafttraining (Praxis)
- Besonderheiten von körperlichen Belastungen bei Adipositas
- Praktische Umsetzung
- Nichtmedikamentöse Therapie des metabolischen Syndroms



Termin – Kursort **\_ nach Absprache**

Dauer: **nach Absprache**

Kosten: **individuelles Angebot**

## „Laktatdiagnostik und Spiroergometrie in der Sportmedizin“

In dieser Fortbildung werden den Teilnehmern das Basiswissen zur Spiroergometrie und Laktatdiagnostik als Messverfahren der Leistungsdiagnostik in der Sportmedizin vermittelt. Sie beinhaltet einen Theorieteil hat aber seinen Schwerpunkt in der praktischen Anwendung. Dazu werden die Arbeitsweisen einiger am Markt befindlicher Belastungs- und Messsysteme als auch kompatibler Softwareprodukte vorgestellt.

Nach der Fortbildung verfügen die Teilnehmer über eine Grundausbildung in der Leistungsdiagnostik und eine Übersicht über die zu verwendeten Gerätetypen. Sie erlernen zudem den Umgang mit ventilatorischen- und Laktat-Schwellen und den daraus ableitbaren Trainingsbereichen.

### *Inhalte / Schwerpunkte*

- Grundlagen der Leistungsphysiologie
- Energiebereitstellung, Atmung, metabolische Vorgänge im Körper
- Leistungstests (Laktat, Spiroergometrie)
- Anamnese und Wahl von Belastungsprotokollen
- Messverfahren (Hard- und Software)
- Analyseverfahren (Software)
- Befundung und Trainingsplanung

## „Stressintervention in der kardiologischen Reha im und durch Sport“

Stress: Ursachen und Auswirkungen

Termin – Kursort **\_ nach Absprache**

Dauer: **nach Absprache**

Kosten: **individuelles Angebot**

### *Inhalte*

- Salutogenetisches ganzheitliches Gesundheitsmodell
- Selbstwirksamkeit, Kontrollverlust
- Verhaltensänderung, Lebensstiländerung, psychologische Modelle (mentale Kontrastierung)
- Ansätze zur wirksamen Intervention
- Körperwahrnehmung und naive Entspannungstechniken in der Sportgruppe
- Entspannungstechnik: Progressive Muskelentspannung für Sport- und Physiotherapeuten, Grundlagen und praktische Anwendung

Termin – Kursort **\_ nach Absprache**

Dauer: **nach Absprache**

Kosten: **individuelles Angebot**

## „Sport und Krebs“ – Effektive Trainingsreize in der Betreuung von Krebspatienten

Zielstellung des Kurses ist die theoretische und praxisnahe Vermittlung von aktuellen medizinischen Grundlagen zur Betreuung und Trainingssteuerung von Krebspatienten.

Der theoretische Abschnitt des Kurses vermittelt die speziellen Grundlagen und Anforderungen bei der bewegungsorientierten Rehabilitation von Krebspatienten.

Der praktische Teil des Kurses vermittelt die verschiedenen Anwendungsgebiete in der Trainingsmethodik mit Krebspatienten.

### *Inhalte*

- Stellenwert der körperlichen Aktivität in der Krebsprävention
- Kontraindikationen, Evaluation und Level of Evidence
- Psychosoziale Aspekte und Komplikationen
- Konsequenzen für die Gruppenbehandlung
- Allgemeine Ziele der verschiedenen Grundfertigkeiten in der Krebsbehandlung
- Körperliche Einschränkungen und Konsequenzen für das Training
- Bewegung auf Rezept (Rehasport-Verordnung Antrag 56, 57)
- Medizinische Grundlagen

## Teilnahme-Bedingungen / Hinweise

### 1. Allgemeines

Diese Bedingungen gelten für die Teilnahme an Fortbildungsveranstaltungen der ergoline Akademie.

### 2. Anmeldung

Die Anmeldung ist nur verbindlich, wenn sie schriftlich auf dem hierfür vorgesehenen Anmeldeformular oder über akademie@ergoline.com erfolgt ist.

Die Lehrgangsplätze werden in chronologischer Reihenfolge der schriftlichen Anmeldungen sowie nach entsprechendem Zahlungseingang vergeben.

Telefonische Anmeldungen haben keine Gültigkeit.

### 3. Lehrgangsgebühren

Die Höhe der Lehrgangsgebühren entnehmen Sie bitte der Ausschreibung oder unserem Terminkalender.

Der abgegebene Preis beinhaltet nur die Lehrgangsgebühren einschließlich des Lehrmaterials.

Nicht enthalten sind die Kosten für Unterkunft und Verpflegung.

### 4. Zahlungsbedingungen

Mit der Rechnungsstellung wird die bezifferte Gebühr zur Zahlung fällig und ist nach Erhalt der Rechnung auf das angegebene Konto vorzunehmen.

### 5. Rücktritt

Die Abmeldung muss schriftlich erfolgen. Bei Rücktritt nach verbindlicher Anmeldung gelten folgende Stornobedingungen:

- bis 30 Tage vor Lehrgangsbeginn: kostenfrei
- innerhalb von 30 Tagen bis 5 Tage vor Lehrgangsbeginn: 50 % der Lehrgangsgebühren

Danach ist eine Rückerstattung nicht mehr möglich.

Diese Gebühren werden auch dann fällig, wenn zum Zeitpunkt des Rücktritts noch keine Zahlung erfolgt ist.

Der Teilnehmer ist berechtigt, an seiner Stelle einen geeigneten Ersatzteilnehmer zu entsenden.

### 6. Absage eines Kurses durch den Veranstalter

Bei Ausfall einer Veranstaltung aufgrund Erkrankung oder Unfall des Lehrgangsleiters bzw. des Lehrteams oder sonstiger von uns nicht beeinflussbarer Ereignisse werden die bereits bezahlten Lehrgangsgebühren in voller Höhe zurückerstattet.

Aufgrund zu geringer Beteiligung kann die ergoline Akademie eine Veranstaltung absagen. Ansprüche auf Schadensersatz sind ausgeschlossen. Die Erstattung der bereits gezahlten Gebühren erfolgt in voller Höhe.

Weitere Ansprüche bestehen nicht.

## Wichtige Hinweise

<b>Tagesseminar:</b>	Beginn:		9:00 Uhr
	Ende ca. :		17:30 Uhr
<b>Freitag / Samstag Kurse:</b>	Beginn:	Freitag	14:00 Uhr
	Ende ca.	Samstag	16:30 Uhr
<b>Samstag / Sonntag Kurse:</b>	Beginn:	Samstag	9:30 Uhr
	Ende ca. :	Sonntag	13:30 Uhr



## Eine Welt voller Möglichkeiten – der Weg zu Ihrer maßgeschneiderten Lösung

Das ers2-Reha-System bietet die stabile Plattform für heutige und zukünftige Anforderungen im kardiologischen Rehabilitationsprozess.

- Einbindung in das Krankenhaus-Netzwerk
- Unbegrenzte Anzahl von Trainingsgeräten und Profilen pro Patient
- Individualisierte Trainingsprofile, regelungstechnisch gesteuert
- Multi-Aktivitäts-Training
- Individuelle Anpassung von Trainingsprofilen während des Trainings
- Leistungsfähige Trainingsanalyse
- EKG-Ableitung über Telemetrie, Klebe-Elektroden oder Sauganlage
- ergoline mobile app (mobiles Training mit EKG-Überwachung)



*Mehr als flexibel. Mehr als individuell.  
optibike basic und optibike plus.*



Das ideale Trainings-Ergometer für Zuhause und für den therapeutischen Einsatz. Verschiedene Trainingsformen (u.a. herzfrequenz-gesteuert, Konstant-Last und Intervall-Training) lassen sich einfach programmieren und werden komfortabel unterstützt. Ein optional erhältlicher digitaler Brustgurt sorgt für eine sichere Erfassung der Herzfrequenz. Die durchgeführten Trainings können auf Chipkarte gespeichert und am PC ausgewertet werden. Die **optibike** Ergometer sind dank des tiefen Durchstiegs auch für orthopädische Patienten bestens geeignet.

- weiter, offener Durchstieg
- hochpräzise Lasteinheit (Medizinprodukt)
- Sattelhöhe stufenlos mechanisch einstellbar
- Lenkerverstellung (360°)
- Patientengewicht bis 160 kg
- einfach zu bedienende Benutzeroberfläche
- vielfältige Trainings-Programme
- manueller Betrieb / Schnellstartfunktion
- 6 – 450 Watt
- vielfältige Erweiterungen

**Anmeldung** (Fax: 0221 - 310 63 689 oder 07431 - 98 94 128)

Hiermit melde ich mich / wir uns verbindlich für folgenden Kurs an:

**Kursbezeichnung:** \_\_\_\_\_

**Termin / Ort:** \_\_\_\_\_

**Teilnehmer:** **Name Vorname:** \_\_\_\_\_  
(  ) Mitglied DVGS e.V.

**Anschrift Rechnung:** \_\_\_\_\_

**Telefon und email:** \_\_\_\_\_

Die allgemeinen Teilnahmebedingungen habe ich / haben wir gelesen und erkenne / n diese an:

**Ort / Datum** \_\_\_\_\_ **Unterschrift** \_\_\_\_\_

***ergoline***

AKADEMIE

*ergoline GmbH  
Lindenstraße 5  
72475 Bitz  
Germany*

*Tel.: 0221 – 310 63 688  
Fax: 0221 – 310 63 689  
e-mail: [akademie@ergoline.com](mailto:akademie@ergoline.com)  
Internet: [www.ergoline.com](http://www.ergoline.com)*