

Wichtige Informationen

Teilnahmegebühr: CHF 500.- inklusive Verpflegung und Unterlagen

Anmeldung: Mit beigelegter Antwortkarte

Anreise: Mit öffentlichem Verkehr via Sursee oder Luzern
Mit dem Auto via Autobahn A2 Ausfahrt Sursee



Die Weiterbildung wurde ermöglicht durch ...

Seminar und Workshop Ausdauer testen und messen



Einladung

Donnerstag, 15. Juli 2010
9.00 - 17.30 Uhr

Swiss Olympic Medical Center
Sportmedizin Nottwil

Die Fortbildung ist von der SGSM mit ... Credits anerkannt

SportMedizin
Nottwil | Luzern

swiss olympic
medical center

Liebe Kolleginnen und Kollegen

Es freut uns sehr, Sie wieder einmal zu einer Fortbildungsveranstaltung ins Swiss Olympic Medical Center Nottwil einzuladen.

Die körperliche Aktivität, insbesondere das Ausdauertraining, gewinnt zunehmend an Bedeutung in der Vorbeugung und Behandlung von Krankheiten.

Die „Dosis des Trainings“ - d.h. die Dauer, Intensität und Häufigkeit - ist entscheidend für die Wirkung und den Erfolg dieser „Therapie“.

Die Grundlage für eine optimale Trainingssteuerung bilden Leistungstests.

In dieser Fortbildung lernen Sie sinnvolle und praxisnahe Leistungstests durchzuführen und zu interpretieren.

Der Austausch von Erfahrung ist uns sehr wichtig. Für Fragen und Diskussionen haben wir genügend Zeit eingeplant.

Um die Effizienz der Workshops zu gewährleisten, ist die Teilnehmerzahl beschränkt. Die Anmeldungen werden nach Eingangsdatum berücksichtigt.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.



Dr. med. Matthias Strupler
Leiter Swiss Olympic Medical Center Nottwil

SportMedizin
Nottwil | Luzern



swiss
olympic
medical center

Programm

09.00 Uhr	Begrüssung
09.10 Uhr	Trainingslehre und Ausdauersport Dr. med. Matthias Strupler Leiter Swiss Olympic Medical Center Nottwil
09.50 Uhr	Möglichkeiten und Grenzen der Leistungsdiagnostik Dr. sc. nat. Claudio Perret Stv. Leiter Swiss Olympic Medical Center Nottwil
10.30 Uhr	Kaffeepause
11.00 Uhr	Workshop 1: Laktatdiagnostik Dr. med. Doris Braun Oberärztin Swiss Olympic Medical Center Nottwil
	Workshop 2: Ergospirometrie Dr. med. Matthias Strupler
13.00 Uhr	Mittagessen
14.00 Uhr	Workshop 2 oder Workshop 1
16.00 Uhr	Kaffeepause
16.20 Uhr	Interpretation von Testresultaten alle Referenten
17.20 Uhr	Fazit und Schlusswort
17.30 Uhr	Ende