

A man with glasses and a blue shirt stands in the foreground, looking towards the camera. He has his arms crossed. In the background, a blurred classroom or lecture hall is visible with other people seated at tables.

**Fortbildung für die  
Sportmedizin und  
Rehabilitation**

**2022**

Aus der Praxis – für die Praxis

„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 2022 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	9
▪ Spiroergometrie in der Kardiologie	11
▪ Neue Aspekte der kardiologischen und pneumologischen Trainingslehre	13
▪ Optimierte Trainings- und Belastungssteuerung in der kardiologischen Rehabilitation	15
▪ Krafttraining in der Therapie der Herzinsuffizienz	17
▪ Typ-2 Diabetes und Sport	19
▪ Prärehabilitation bei kardiologischen und anderen inneren Erkrankungen	21
▪ Arterielle Hypertonie und Sport	23
▪ Sporttherapie nach Sternotomie und Krafttraining in der kardiologischen Rehabilitation	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
▪ Teilnahmebedingungen/Hinweise	38

*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.*

## 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 Ergometertraining) 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**  
29. – 30. April 2022

**KURSORT**  
Köln

**TERMIN 2**  
15. – 16. Juli 2022

**KURSORT**  
Hannover

**TERMIN 3**  
14. – 15. Oktober 2022

**KURSORT**  
Hamburg

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugesandt.

Bitte beachten Sie die abweichenden Seminarzeiten!

Freitag: 14.30 – 18.00 Uhr

Samstag: 09.00 – 15.00 Uhr

**TERMIN 4**  
25. – 26. November 2022

**KURSORT**  
Frankfurt

**DAUER**  
1½ Tage (15 UE)

**REFERENT**  
Thomas Peter

**GEBÜHR**  
245,- €

## Spiroergometrie in der Kardiologie

Ein Grundkurs, speziell für medizinische Anwendungsfelder der Spiroergometrie

Die Spiroergometrie hat sich in den letzten Jahrzehnten von einem Messverfahren einer eingeschworenen Gruppe von Pneumologen und Sportmedizinern zu einem globalen Messinstrument der pulmo-kardio-vaskulo-muskulären Leistungsfähigkeit entwickelt. Sie ist essentieller Bestandteil der kardiologischen Diagnostik und trägt zum Verständnis der Auswirkungen von kardiopulmonalen Erkrankungen sowie zur Steuerung medikamentöser und nicht-medikamentöser Therapien bei. Bei Symptomenkomplex der Dyspnoe steht sie im Mittelpunkt. Präoperative Risikoabschätzung und Begutachtungen benötigen spirometrische Tests.

Vorbereitung, Durchführung, Dokumentation, Auswertung und Interpretation insbesondere der Neun-Felder-Graphik sind komplex und wirken zu Beginn oft abschreckend auf den interessierten Untersucher. Mit zunehmender Erfahrung bietet die Spiroergometrie jedoch eine faszinierende Möglichkeit der Diagnostik, insbesondere durch das Verständnis physiologischer und pathophysiologischer Mechanismen beim Gesunden und beim Patienten mit kardiopulmonalen Erkrankungen.

### Inhalte

- Einführung in die Spiroergometrie
- Physiologische Grundlagen
- Technik der Spiroergometrie
- 9-Felder-Graphik
- Praxisteil mit Live-Test
- Spiroergometrie in der Kardiologie
- Klinische Fallbeispiele

**TERMIN 1**  
25. – 26. Februar 2022

**DAUER**  
1½ Tage (15 UE)

**KURSORT**  
Osnabrück

**REFERENTEN**  
Dr. Alexander Cadenbach  
Mirco Smerecnik

**TERMIN 2**  
28. – 29. Oktober 2022

**GEBÜHR**  
490,- €

**KURSORT**  
Osnabrück

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugesandt.

Bitte beachten Sie die abweichenden Seminarzeiten!

Freitag: 14.30 – 18.00 Uhr

Samstag: 09.00 – 15.00 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 1

04. – 05. März 2022

#### KURSORT

Reha-Klinik Heidelberg-Königstuhl

#### TERMIN 2

25. – 26. März 2022

#### KURSORT

Reha-Klinik Heidelberg-Königstuhl

#### TERMIN 3

26. – 27. August 2022

#### KURSORT

Reha-Klinik Heidelberg-Königstuhl

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugesandt.

Bitte beachten Sie die abweichenden Seminarzeiten!

Freitag: 15.00 – 20.45 Uhr

Samstag: 09.00 – 17.00 Uhr

#### TERMIN 4

14. – 15. Oktober 2022

#### KURSORT

Reha-Klinik Heidelberg-Königstuhl

#### DAUER

1½ Tage (15 UE)

#### REFERENT

Uwe Schwan

#### GEBÜHR

250,- €

## 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**  
11. – 12. März 2022

**DAUER**  
1½ Tage (16 UE)

**KURSORT**  
CCB Herzwerk  
Frankfurt am Main

**REFERENTEN**  
Peter Dohmann  
Gerit Fautz

**GEBÜHR**  
245,- €

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugesandt.

Bitte beachten Sie die abweichenden Seminarzeiten!

Freitag: 16.00 – 19.00 Uhr

Samstag: 08.30 – 16.30 Uhr



## 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

26. März 2022

### DAUER

1 Tag (8 UE)

### KURSORT

Augsburg

### REFERENTEN

Dr. phil. K. Volaklis  
Dr. Christoph Altendorfer

### GEBÜHR

225,- €

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugesandt.

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

## 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**

21. Mai 2022

**DAUER**

1 Tag (8 UE)

**KURSORT**

Augsburg

**REFERENT**

Dr. phil. K. Volaklis

**GEBÜHR**

225,- €

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugesandt.

## Prähabilitation bei kardiologischen und anderen inneren Erkrankungen

Das Thema der Prähabilitation 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 Prähabilitation anhand des aktuellen wissenschaftlichen Standes in Theorie und Praxis aufgezeigt. Sie lernen u. a., welches Patientenkontext sich für die Prähabilitation eignet und wie eine Trainingsintervention aufgebaut und gesteuert werden sollte.

### Inhalte

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

#### TERMIN

02. – 03. September 2022

#### DAUER

1½ Tage (15 UE)

#### KURSORT

München

#### REFERENTEN

Dr. Carolin Steinmetz  
Dr. Oliver Klassen

#### GEBÜHR

245,- €

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugesandt.

## 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**

02. Juli 2022

**DAUER**

1 Tag (8 UE)

**KURSORT**

Augsburg

**REFERENT**

Dr. phil. K. Volaklis

**GEBÜHR**

225,- €

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugesandt.

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

## 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**  
04. – 05. November 2022

**DAUER**  
1½ Tage (15 UE)

**KURSORT**  
CCB Herzwerk  
Frankfurt am Main

**REFERENTEN**  
Peter Dohmann  
Gerrit Fautz

**GEBÜHR**  
245,- €

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugesandt.

Bitte beachten Sie die abweichenden Seminarzeiten!

Freitag: 16.00 – 19.00 Uhr

Samstag: 08.30 – 16.30 Uhr

## 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

19. – 20. November 2022

### DAUER

1½ Tage (15 UE)

### KURSORT

Jülich

### REFERENT

Mirco Smerecnik

### GEBÜHR

490,- €

Eine Anmeldebestätigung wird Ihnen 4 Wochen vor dem Seminartermin zugesandt.

## 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

nach Absprache

### KURSORT

nach Absprache

### DAUER

nach Absprache

### GEBÜHR

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

nach Absprache

### KURSORT

nach Absprache

### DAUER

nach Absprache

### GEBÜHR

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

- 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

**TERMIN**

nach Absprache

**KURSORT**

nach Absprache

**DAUER**

nach Absprache

**GEBÜHR**

individuelles Angebot

## Stressintervention in der kardiologischen Reha im und durch Sport

Stress: Ursachen und Auswirkungen

### 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**

nach Absprache

**KURSORT**

nach Absprache

**DAUER**

nach Absprache

**GEBÜHR**

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

**TERMIN**

nach Absprache

**KURSORT**

nach Absprache

**DAUER**

nach Absprache

**GEBÜHR**

individuelles Angebot

## Teilnahmebedingungen/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](mailto: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 Lehrgangslleiters 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

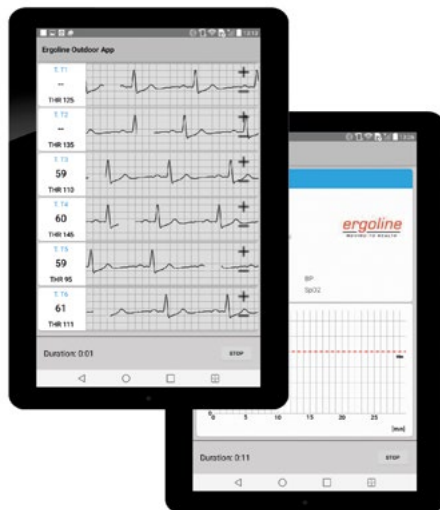
<b>Tagesseminar:</b>	Beginn:		9:00 Uhr
	Ende ca.:		17:30 Uhr
<b>Freitag/Samstag Kurse:</b>	Beginn:	Freitag	14:00 Uhr
	Ende ca.:	Samstag	16:30 Uhr
<b>Samstag/Sonntag Kurse:</b>	Beginn:	Samstag	9:30 Uhr
	Ende ca.:	Sonntag	13:30 Uhr



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

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*

ergoline GmbH  
Lindenstraße 5 · 72475 Bitz  
Germany

Tel.: 0221 – 310 63 688

Fax: 0221 – 310 63 689

[akademie@ergoline.com](mailto:akademie@ergoline.com)

[www.ergoline.com](http://www.ergoline.com)