



Sportmedizin für Ihren Verein

BUKH Partner des Sports & HSB mit mobiler Weiterqualifizierungsreihe

Das Sportkompetenzzentrum des Berufsgenossenschaftlichen Unfallkrankenhauses Hamburg und der Hamburger Sportbund bieten eine Veranstaltungsreihe im Rahmen einer mobilen Weiterqualifizierungsreihe zu verschiedenen sportmedizinischen Themen an. Sie haben den Sport für sich entdeckt und sind als Übungsleiter im Gesundheits-, Freizeit-, Breiten oder Leistungssport sportlich aktiv? Dann ist diese innovative, kompetente und umfassende Qualifizierungsmaßnahme in Ihrem Sportverein vor Ort genau das Richtige für Sie!

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden in dieser Fortbildungsreihe für die sportmedizinisch richtige sportliche Belastung sensibilisiert. Darüber hinaus erhalten sportliche Aktive, Trainer, Betreuer und Übungsleiter viele nützliche Hinweise zur Prävention, Therapie und Rehabilitation von Sportverletzung und einen Überblick zu medizinischen Grundlagen des Einflusses von Sport auf den gesunden und kranken Menschen jeder Altersstufe.

Jeder Sportverein mit einer Mitgliedschaft im Hamburger Sportbund hat die Möglichkeit, eines der nachfolgend dargestellten Themen vereinsoffen und kostenfrei in seinen Vereinsräumlichkeiten anzubieten:

1. Sportmedizinische Grundlagen des Trainings und Akut- und Notfallversorgung / Erste Hilfe am Spielfeldrand
2. Sportverletzungen und Überlastungsschäden der unteren Extremität und deren Rehabilitation
3. Sportverletzungen und Überlastungsschäden der Schulter und deren Rehabilitation
4. Nutzen u. Risiken körperlicher Aktivität aus internistischer Sicht
5. Sonne und Sport
6. Sport und Immunsystem
7. Adipositas im Kindes und Jugendalter
8. Sport als Möglichkeiten zur Prävention von Stoffwechsel- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen
9. Körperliche Aktivität im Alter unter medizinischen Gesichtspunkten
10. Schwangerschaft und Sport
11. Einflussfaktoren auf innere Organe – Stoffwechselorgan Niere
12. Sportgerechte Ernährung und Nahrungsergänzungsmittel

- Termine:** Jeweils an einem Mittwochabend für 2 Stunden
- Ort:** Wird vom Sportverein zur Verfügung gestellt
- Kosten:** Für die Teilnehmer/innen ist die Fortbildung kostenfrei
- Hinweis:** Die einzelnen Veranstaltungen werden mit jeweils 2 Lerneinheiten als Fortbildungsmaßnahme zur Lizenzverlängerung für Übungsleiter/innen vom Hamburger Sportbund (HSB) und dem Verband für Turnen und Freizeit (VTF) anerkannt (bei anderen sportartspezifischen Trainerlizenzen bitte den entsprechenden Fachverband fragen).
- Kontakt:** Hamburger Sportbund e.V., Bildungsreferat,
Tel. 040/41908-226,
E-Mail: sportmedizin@hamburger-sportbund.de.



Spitzenmedizin - menschlich

Als sportmedizinischer Partner des Hamburger Sportbundes e.V. möchten wir Ihre Gesundheit begleiten und kompetent fördern.