

# Grußwort

## Sportmedizin auf Teneriffa

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen,

Triathlon ist eine Wachstumssportart! Und das aus gutem Grunde, schließlich vereinen sich in diesem Ausdauersport die drei bedeutendsten Lifetime- und Gesundheitssportarten unserer Zeit: Schwimmen, Radfahren und Laufen. Über 1.000 Triathlon-Wettkämpfe in Deutschland mit mehr als 250.000 Teilnehmern – beeindruckende Zahlen, die beweisen, dass sich diese ehemalige Nischensportart zu einem Breitensport entwickelt. Triathlon wird sich folgerichtig auch als Gesundheitssport weiter etablieren. Deshalb ist es aus medizinischer Sicht fast schon eine Notwendigkeit, sich mit den spezifischen Merkmalen des Ausdauerdreikampfes zu befassen.

Dr. Ralf Günther hat 2013 den ersten sportmedizinischen Workshop auf Teneriffa veranstaltet.

Seither ist die Veranstaltung zu einer festen Größe in der deutschen sportmedizinischen Aus- und Weiterbildung geworden.

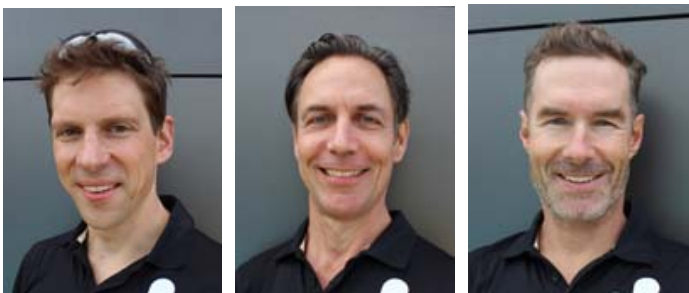
Das Trainingszentrum Tenerife Top Training (T3) hat sich als ideale Location gezeigt. Hier nutzen zahlreiche Sportler und Profis der Sportarten Schwimmen, Triathlon, Radfahren, Beachvolleyball und Fußball die perfekten Trainingsbedingungen an der Südküste Teneriffas.

Ein 50m-, ein 25m-Becken, der High-Tech-Strömungskanal und viele weitere Highlights prägen das im Jahr 2009 erbaute Trainingszentrum. Zudem werden die Sportler von 340 Sonnentagen im Jahr und milden Temperaturen um 22° Grad während der gesamten Winterzeit verwöhnt.

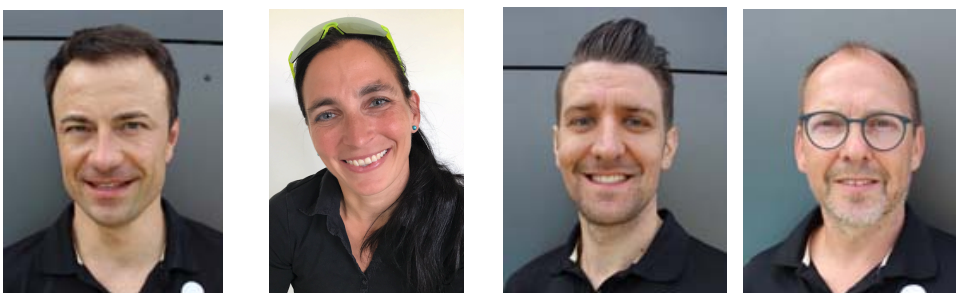
Auch nachdem Dr. Ralf Günther die Leitung der Veranstaltung abgegeben hat bleibt das Dozententeam weiterhin bestehen.

Der im Schwimm- und Triathlonsport bekannte Sportwissenschaftler Holger Lüning unterstützt uns weiterhin mit seinem Know-how. Bereits schon seit sieben Jahren führt er die sportliche Leitung der deutschsprachigen Sportangebote am T3 und hat mit seinen Mitarbeitern die Infrastruktur für Triathlon- und Schwimmcamps der Extraklasse geschaffen.

Wir begrüßen Sie zu unserem 7. Workshop „Sportmedizin auf Teneriffa“ mit sportpraktischen Trainingseinheiten, medizinischen Vorträgen, sportwissenschaftlichen Fragestellungen und praxisbezogenen Workshops.



Dr. Gernot Willscheid Dr. Alexander Mayer Holger Lüning



Dr. Christian Morgenstern Dr. Alexandra Krenmayr Thomas Gärtner Jörg Elm

# Programm

## Sportmedizin-Wintercamp-Teneriffa-2019-Programm

### Wochenablauf:

#### Samstag 02.03.2019

##### Wissenschaftliche Referate

##### ZTK 1 Biologische Grundlagen der Sportmedizin

Vorsitz: Dr. med. Gernot Willscheid (Zürich, Schweiz)

##### 4h von 4h Anatomische und physiologische Grundlagen (Energiebereitstellung, Stoffwechselprozesse)

- |                   |   |
|-------------------|---|
| 15.00 – 16.00 Uhr | Welcome-Meeting   |
| 16.00 – 16.15 Uhr | Begrüßung durch Dr. Gernot Willscheid und Holger Lüning   |
| 16.00- 16.50 Uhr  | (A) Anatomische Grundlagen beim Schwimmen (Energiebereitstellung, Stoffwechselprozesse)<br>Holger Lüning (Obertshausen) |
| 16.50- 17.00 Uhr  | Diskussion  |
| 17.00- 17.35 Uhr  | (A) Physiologische Grundlagen beim Schwimmen Teil I<br>Holger Lüning (Obertshausen)                                     |
| 17.35- 17.45 Uhr  | Diskussion  |
| 17.45- 18.00 Uhr  | Pause   |
| 18.00- 18.35 Uhr  | (A) Physiologische Grundlagen beim Schwimmen Teil II<br>Holger Lüning (Obertshausen)                                    |
| 18.35- 18.45      | Diskussion  |
- 1h von 4h Diagnostische Verfahren im leistungsphysiologisch / internistisch/ kardiologischem Bereich**
- |                  |   |
|------------------|---|
| 18.45- 19.20 Uhr | (A) Funktionelle Bewegungsanalyse als individualisierte Diagnostik (Weak Link Assessment)<br>Thomas Gärtner (Aschaffenburg) |
| 19.20- 19.30 Uhr | Diskussion  |
| 19:30-20:00      | Einteilung der Sportgruppen / Radausgabe  |

#### Sonntag 03.03.2019

##### Wissenschaftliche Referate

##### ZTK 1 Biologische Grundlagen der Sportmedizin

##### 3h von 4h Diagnostische Verfahren im leistungsphysiologisch / internistisch/ kardiologischem Bereich

Vorsitz: Holger Lüning (Obertshausen)

- |                   |  |
|-------------------|--|
| 08.00 – 08.35 Uhr | (A) Therapie- und Trainingsintervention<br>Thomas Gärtner (Aschaffenburg)          |
| 08.35- 08.45 Uhr  | Diskussion   |
| 08.45- 09.20 Uhr  | (A) Welches Krafttraining benötigt der Triathlet<br>Thomas Gärtner (Aschaffenburg) |
| 09.20- 09.30 Uhr  | Diskussion   |
| 09.30- 10.05 Uhr  | (A) Analyse der Sitzposition auf dem Rennrad<br>Dr. Gernot Willscheid (Zürich)     |
| 10.05- 10.15 Uhr  | Diskussion   |
| 10.15- 10.35 Uhr  | Pause  |

##### ZTK 2 (8h) Biologische Grundlagen der Sportmedizin:

Beanspruchung und Anpassung/Training von Funktionssystemen und Organen u. a. – allgemeine Aspekte - vor dem Hintergrund muskulärer Anpassung/Stoffwechsel

Vorsitz Dr. Alexander Meyer (Wiesbaden)

## **2h Allgemeine und Sportartspezifische Belastung im Sport**

- 10.35-11.20 Uhr (A) Überlastungsschäden und konservative Therapiemöglichkeiten beim Laufen  
Dr. Gernot Willscheid (Zürich)
- 11:20-11:30 Uhr Diskussion
- 11:30- 12:05 Uhr (A) Überlastungsschäden und konservative Therapiemöglichkeiten beim Radfahren  
Dr. med. Gernot Willscheid (Zürich, Schweiz)
- 12:05- 12.15Uhr Diskussion

### **1 von 2h Beanspruchung und Anpassung / Training von Funktionssystemen und Organen u.a. -allgemeine Aspekte; Muskulärer Anpassung/Stoffwechsel**

- 12.15- 12.50 Uhr (A) Vordere Kreuzband Ruptur und VKB-Rekonstruktion  
Alexander Meyer (Wiesbaden)
- 12.50- 13.00 Uhr Diskussion
- 13.00- 14.00 Uhr Mittagspause

### **Sportpraxis**

#### **ZTK 12**

### **2h von 2h Sportmedizinische Aspekte des Wassersports (Schwimmen, Tauchen, Bootssport, Aquagymnastik)**

- 14.00 – 16.00 Uhr (4) Die richtige Lage im Verhältnis zum körpereigenen Auftrieb beim Schwimmtraining  
Holger Lüning (Obertshausen)

### **1h von 3h Sportmedizinische Aspekte des Behinderten-, Rehabilitationssport, Sportspiele und des Freizeitsports**

- 16.00-17.00 Uhr (6) Die richtige Technik des Kraulschwimmens um Verletzungen zu vermeiden  
Holger Lüning (Obertshausen)

- 17.00- 20.00 Pause

#### **ZTK 2**

### **3h von 3h Sportmedizinische Aspekte der Bewegungs- und Trainingslehre, der Sportdidaktik und –Methodik**

- 20.00- 22.30 Uhr (1) Lauf ABC für die richtige Beanspruchung der Gelenke und Sehnen  
Thomas Gärtner (Aschaffenburg)

## **Montag 04.03.2019**

### **ZTK 1 3h Allgemeine Sportmedizinische relevante Grundlagen des Sports Teil I**

#### **Sportmedizinische Aspekte der Bewegung auf dem Rad**

- 8.30 – 15.00 Uhr (1) Überlastungsschäden und konservative Therapiemöglichkeiten beim Radfahren El Medano  
(Holger Lüning & Thomas Gärtner & Gernot Willscheid & Jörg Elm & Christian Morgenstern)

### **Wissenschaftliche Referate**

#### **ZTK 2 (8h) Biologische Grundlagen der Sportmedizin:**

**Beanspruchung und Anpassung/Training von Funktionssystemen und Organen u. a. – allgemeine Aspekte - vor dem Hintergrund muskulärer Anpassung/Stoffwechsel**

### **1 von 2h Beanspruchung und Anpassung / Training von Funktionssystemen und Organen u.a. -allgemeine Aspekte; Muskulärer Anpassung/Stoffwechsel**

**Vorsitz: Thomas Gärtner (Aschaffenburg)**

- 16.00 – 16.35 Uhr (A) Patellaprobleme: was tun und warum?  
Alexander Meyer (Wiesbaden)

- 16.35- 16.45 Uhr Diskussion

### **2h Übung und Training**

- 16.45- 17.20 Uhr (A) Schwimmen: Biomechanik  
Holger Lüning (Obertshausen)

- 17.20- 17.30 Uhr Diskussion

- 17.30- 17.45 Uhr Pause

17.45- 18.20 Uhr (A) Das Myofasziale System  
Jörg Elm (Frankfurt)

18.20- 18.30 Uhr Diskussion

### **ZTK 3 Sportmedizinische Aspekte des Wassersports Schwimmen Tauchen Bootssport Aquagymnastik (Teil 2)**

20.00 – 21.00 Uhr (4) Effektives Schwimmtraining mit Berücksichtigung der Überlastung im Bereich der Schulter  
Holger Lüning (Obertshausen)

21.00- 23.00 Uhr (4) Intervalltraining & Pulskontrolle  
Holger Lüning (Obertshausen)

### **Dienstag 05.03.2019**

### **ZTK 1 3h Sportmedizinische Aspekte der Leichtathletik im Bereich der Laufsportarten und Ausdauer beim Radintervall**

08.30 – 15.00 Uhr (7 Teil 1) Biomechanik und Hebelgesetze Start Teide Classic  
(Holger Lüning & Thomas Gärtner & Gernot Willscheid & Jörg Elm & Christian Morgenstern)

### **Wissenschaftliche Referate**

**Vorsitz: Dr. Christian Morgenstern (Darmstadt)**

### **ZTK 2 (8h) Biologische Grundlagen der Sportmedizin:**

**Beanspruchung und Anpassung/Training von Funktionssystemen und Organen u. a. – allgemeine Aspekte - vor dem Hintergrund muskulärer Anpassung/Stoffwechsel**

#### **1h Sportliche Aktivität**

16.00 – 16.35 Uhr (A) Trainingsaufbau: Welche Möglichkeiten gibt es das Myofasziale System zu trainieren  
Jörg Elm (Frankfurt)

16.35- 16.45 Uhr Diskussion

#### **1h Ermüdung und Erholung**

16.45- 17.20 Uhr (A) Podiumsdiskussion: Die Myofasziale Behandlung zur Erholung und Regeneration  
(Moderator Holger Lüning; Trainer Jörg Elm; Sportorthopäde Dr. Alexander Meyer, Sportphysiotherapeut Thomas Gärtner)

17.20- 17.30 Uhr Diskussion

### **ZTK 3 Biologische Grundlagen der Sportmedizin**

#### **2h Körperliche Leistungsfähigkeit und ihre Beurteilung in - Abhängigkeit von Lebensalter**

17.30- 17.45 Uhr Pause

17.45- 18.20 Uhr (A) Knorpeltherapieverfahren  
Dr. Alexander Meyer (Wiesbaden)

18.20- 18.30 Uhr Diskussion

18.30 – 19.05 Uhr (A) Achillodynie  
Dr. Alexander Meyer (Wiesbaden)

19.05-19.15 Uhr Diskussion

#### **1 von 2h Körperliche Leistungsfähigkeit und ihre Beurteilung in - Abhängigkeit von Geschlecht**

19.15-19.50 Uhr (A) Leistenschmerzen beim Sportler  
Dr. Alexander Meyer (Wiesbaden)

19.50-20.00 Uhr Diskussion

### **Mittwoch 06.03.2019**

### **ZTK 2 2h Sportmedizinische Aspekte des Kraft- und des Kampfsports und Turnens**

### **ZTK 3 3h Sportmedizinische Aspekte der Sportspiel und des Freizeitsports**

09.00 – 14.00 Uhr (2) + (5)Praxis: Core-Training  
Thomas Gärtner (Aschaffenburg)

### **Wissenschaftliche Referate**

**Vorsitz: Dr. Gernot Willscheid (Zürich)**

### **ZTK 3 Biologische Grundlagen der Sportmedizin**

## **1 von 2h Körperliche Leistungsfähigkeit und ihre Beurteilung in - Abhängigkeit von Geschlecht**

16.00 – 16.35 Uhr (A) Differenzierte Therapie der Schulterinstabilität  
Thomas Gärtner (Aschaffenburg)

16.35- 16.45 Uhr Diskussion

## **2h Lebensalter und Geschlecht**

16.45- 17.20 Uhr (G) Theorie: Core-Training / Krafttraining  
Thomas Gärtner (Aschaffenburg)

17.20- 17.30 Uhr Diskussion

17.30- 17.45 Uhr Pause

17.45- 18.20 Uhr (G) Return to Sport  
Thomas Gärtner (Aschaffenburg)

18.20- 18.30 Uhr Diskussion

## **ZTK 12 2 von 3h Sportmedizinische Aspekte des Behinderten-, Rehabilitationssport, Sportspiele und des Freizeitsports**

19.30 – 21.00 Uhr (6) Rehasport Aquafitness Technik  
Holger Lüning (Obertshausen)

## **ZTK 3 2 von 3h Sportmedizinische Aspekte der Sportspiele und des Freizeitsports (Teil 1)**

21.00- 23.00 Uhr (3) Sportmedizinische Aspekte des Breiten- und Leistungssports im Bereich der Sportspiele  
Hand-, Fußballsport  
Thomas Gärtner (Aschaffenburg)

**Do. 07.03.2019**

## **ZTK 3 und ZTK 1**

### **ZTK 3 3h Sportmedizinische Aspekte des Turnens der Gymnastik des Wasserspringen d. Tanzes Teil 2**

### **ZTK 1 3h Sportdidaktik und -Methodik**

09.30 – 15.00 Uhr (2) + (1) Schwimmen Technik/Koordination/Spiele/Therapie/Reha  
Wettkampfsimulation Triathlon, Verletzungsfahren  
Holger Lüning (Obertshausen)

## **Wissenschaftliche Referate**

**Vorsitz: Dr. Alexander Mayer (Wiesbaden)**

### **ZTK 3 Biologische Grundlagen der Sportmedizin**

### **2h Ethik, Geschichte, Recht, Politik, Organisation der Sportmedizin und des Sports-Verbandswesen**

16.00 – 16.35 Uhr (I) Antidopingorganisationen  
Dr. Christian Morgenstern (Heidelberg)

16.35- 16.45 Uhr Diskussion

16.45- 17.20 Uhr (I) Doping  
Dr. Christian Morgenstern (Heidelberg)

17.20- 17.30 Uhr Diskussion

17.30- 17.45 Uhr Pause

### **ZTK 12 Verdauungsapparat, Stoffwechsel Wasser-Elektrolyt- Haushalt, Nieren und Harnableitende Wege, Hormone, Immunsystem, Infektionen, Tumore (innere Med.II)**

### **1 von 4h Stoffwechsel/Metabolik (KH-stoffwechsel; Diabetes, HLP, Hyperurikämie etc.)**

17.45- 18.20 Uhr (F) Stoffwechsel Erleben in der Wettkampfsituation  
Thomas Gärtner (Aschaffenburg)

18.20- 18.30 Uhr Diskussion

## **ZTK 12**

### **3h Sportmedizinische Aspekte des Wassersports (Schwimmen, Tauchen, Bootssport, Aquagymnastik)**

19.30 – 21.00 Uhr (4) Schwimmen die unterschiedlichen Techniken

- Holger Lüning (Obertshausen)  
21.00- 23.00 Uhr (4) Theorie & Praxis: Erleben der Wettkampfsituation  
Holger Lüning (Obertshausen) / Dr. Christian Morgenstern (Heidelberg)

### **Freitag 08.03.2019**

#### **ZTK 1 2 h Sportmedizinische Aspekte der Leichtathletik**

- 08.30 – 15.00 Uhr (7) Trailrunning und die Fallsticke beim Laufen  
(Holger Lüning & Thomas Gärtner)

#### **Wissenschaftliche Referate**

#### **ZTK 12 Verdauungsapparat, Stoffwechsel Wasser-Elektrolyt- Haushalt, Nieren und Harnableitende Wege, Hormone, Immunsystem, Infektionen, Tumore (innere Med.II)**

#### **3 von 4h Stoffwechsel/Metabolik (KH-stoffwechsel; Diabetes, HLP, Hyperurikämie etc.)**

#### **Vorsitz: Dr. Christian Morgenstern (Darmstadt)**

- 16.00 – 16.35 Uhr (F) Wenn der Sport zur Sucht wird  
Dr. Alexander Meyer (Wiesbaden)  
16.35- 16.45 Uhr Diskussion  
16.45- 17.20 Uhr (F) Vitamin D Substitution im Sport  
Dr. Alexandra Krenmayr (Nürnberg)  
17.20- 17.30 Uhr Diskussion  
17.30- 17.45 Uhr Pause  
17.45- 18.20 Uhr (F) Eisensubstitution im Sport  
Dr. Alexandra Krenmayr (Nürnberg)  
18.20- 18.30 Uhr Diskussion

#### **ZTK 12 3h Allgemeine sportmedizinische Aspekte des Wassersports und relevante Grundlagen**

- 19.30 – 21.00 Uhr (4) Schwimmtechnik der falsche Beinschlag  
(Holger Lüning & Thomas Gärtner)  
21.00- 23.00 Uhr (1) Theorie & Praxis für die Gesichtspunkte der Prävention  
(Holger Lüning & Thomas Gärtner)

### **Samstag 09.03.2019**

#### **Wissenschaftliche Referate ZTK 12**

#### **Vorsitz: Dr. Alexander Meyer (Wiesbaden)**

#### **2h Stoffwechsel/Metabolik Fettstoffwechsel; Hyperurikämie etc.)**

- 08.00 – 08.35 Uhr (F) Eiweiß Proteine Muskulatur  
Thomas Gärtner (Aschaffenburg)  
08.35- 08.45 Uhr Diskussion  
08.45- 09.20 Uhr (F) Kann die Hypercholestrinämie durch Ausdauersport reduziert werden  
Dr. Alexandra Krenmayr (Nürnberg)  
09.20- 09.30 Uhr Diskussion  
09.30- 09.45 Uhr Pause

#### **2h Verdauungsapparat, Stoffwechsel, Wasser-Elektrolyt-Haushalt, Niere und harnableitende Wege, Hormone, Immunsystem, Infektionen, Tumore (Innere Med. II)**

- 09.45- 10.20 Uhr Stoffwechsel/Metabolik Ernährung und Stoffwechsel im Triathlon  
Dr. Christian Morgenstern (Heidelberg)  
10.20- 10.30 Uhr Diskussion

#### **Verdauungsapparat**

- 10.30 – 11.05 Uhr (F) Das Sportlerherz – trainingsbedingte oder pathologische Veränderung?  
Dr. Christian Morgenstern (Darmstadt)  
11.05- 11.15 Uhr Diskussion  
11.15- 11.50 Uhr (F) Vom Ackergaul zum Rennpferd. Wie Training auf die Muskulatur wirkt  
Dr. Christian Morgenstern (Darmstadt)

11.50- 12.00 Uhr	Diskussion
12.00- 12.35 Uhr	(F) Sport ist Mord!? Grenzen zwischen Belastung und Überlastung Dr. Christian Morgenstern (Darmstadt)
12.35- 12.45 Uhr	Diskussion
12.34-13.-15 Uhr	Come together / Offizieller Abschluss Diskussion der Fortbildung, Evaluierung, Ausgabe der Fortbildungsbescheinigungen Dr. Gernot Willscheid (Zürich)

### **Organisation und Wissenschaftliche Leitung**

#### **Dr. med. Gernot Willscheid –**

Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Sportmedizin  
Oberarzt Sportmedizin, Schulthess Klinik, Zürich, Schweiz  
Verbandsarzt Schweizer und Deutscher Kanuverband, Wildwasserrennsport  
Ehem. Nationalmannschaftsmitglied Deutscher Kanuverband, WM-Teilnehmer mehrfacher Deutscher Meister/ Kanu  
Wildwasserrennsport

#### **Dr. med. Alexander Mayer –**

Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie  
Sportmedizin, Chirotherapie  
Leitender Arzt der Aukammklinik für Operative Orthopädie und Rheumatologie  
Olympiateilnehmer im Schwimmen, 2-facher Ironman-Finisher

#### **Sportliche Leitung – Holger Lüning**

Sportwissenschaftler, Sportlicher Leiter T3 Germany  
Buch-/DVD-Autor „Schneller schwimmen“, Ironman 70.3 Europameister,  
Hawaii-Finisher, Aquathlon Weltmeister

#### **Referent – Dr. med. Christian Morgenstern**

Facharzt für Innere Medizin  
Oberarzt Abteilung Sportmedizin  
Uniklinik Heidelberg und OSP Rhein-Neckar  
Notarzt Kreis Offenbach  
Vereinsarzt Abteilung Triathlon ASC Darmstadt

#### **Referentin - Dr. med. univ. Alexandra Krenmayr**

Fachärztin für Allgemeinmedizin, Sportmedizin(Österreich), Notärztin  
Assistenzärztin Innere Medizin  
Klinikum Nürnberg Süd Abteilung Kardiologie  
C-Trainerin für Triathlon  
Agegrouperin im Triathlon - Challenge Roth 33. Platz - 3 AK. 2017

#### **Referent & Sportassistent – Thomas Gärtner**

Sportphysiotherapeut, Manualtherapeut (IAOM)  
Medizinische Trainingstherapie/Medizinisches Aufbautraining (MTT/MAT)  
Dozent der staatlich anerkannten Berufsfachschule für Physiotherapie  
der Hans-Weinberger-Akademie in Aschaffenburg  
Triathlet

## **Referent und Trainer Jörg Elm – Triathlontrainer**

C-Trainer Triathlon Leistungssport (ab Januar 2018 B-Trainer Langdistanz)

MobiSta(r) Basic Trainer (Paragraph 20 ZPP zertifiziert)

Blackroll Instructor

Faszientrainer (Goethe-Uni Frankfurt, Abt. Sportmedizin)

Indoor-Cycling Instructor

mehrfacher Ironman 70.3 und Ironman- Finisher

## **Organisation, wissenschaftliche und sportliche Leitung**

### **Dr. med. Gernot Willscheid**

Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Sportmedizin

Bischof-Wurm-Weg 9 D-88213 Ravensburg

**sportmed-teneriffa@gmx.de**

### **Dr. med. Alexander Mayer**

Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Sportmedizin, Chirotherapie

Orthopädische Gemeinschaftspraxis an der Aukammklinik

Leibnizstraße 21, 65191 Wiesbaden

### **Holger Lüning**

Abgeschlossene Studiengänge: Sportwissenschaften und Sportmedizin,

Sportmanagement (IST), Schwimmtrainer (DSV-Trainerlizenz)

Liebknechtstr. 19, 63179 Obertshausen

**www.allwetterkind.de**

## **Unterkunftsleistungen**

- Unterkunft im Aparthotel Jardín Caleta \*\*\* mit Vollpension (getrennter Schlaf- und Wohnbereich, Kühlschrank, Miniküche, Fernseher)
- Einzelzimmerzuschlag: 30,- € / Nacht
- Leistungen Triathlon-Camp und Betreuung durch Trainer
- Täglicher Eintritt zum T3-Trainingszentrum von 8.00 – 22.00 Uhr (inkl. Handtuchservice und 1 Flasche Mineralwasser / Tag)
- Theorieveranstaltungen siehe Programm
- 1 Teilnehmer-Trinkflasche
- 1 Teilnehmer-Geschenk

## **Optionale Leistungen:**

- Garmin Fahrrad- und Laufcomputer mit Navigationsfunktion
- Schwimmeinheit oder Technikanalyse im Strömungskanal
- Leihräder vor Ort
- PowerBar Ernährungspakete
- Physiotherapeutische Behandlungen
- Comfort Appartement ohne Aufpreis
- Superior Appartement mit seitlichem Meerblick 20,- € pro Nacht / Zimmer
- Excellence Appartement mit direktem Meerblick 34,- € pro Nacht / Zimmer
- weitere Informationen zu den Appartements finden Sie unter:  
<http://www.t3-training.de/hotel+und+anreise/zimmer/>



**Aufenthaltskosten:**

930,- € für Lehrgangsteilnehmer oder Begleitpersonen  
Hotel Jardin Caleta inkl. Doppelzimmer & Vollpension, inkl. T3-Eintritt  
685,- € für Begleitpersonen  
nur Hotel Jardin Caleta im Doppelzimmer & Vollpension, ohne T3-Eintritt

**Lehrgangsgebühren für die medizinische Fortbildung  
(Anmeldung und Überweisung bis 31.12.2018):**

340,- € für Nichtmitglieder  
300,- € für DGSP-Mitglieder  
160,- € für Begleitpersonen

**Lehrgangsgebühren für die medizinische Fortbildung  
(Anmeldung und Überweisung nach dem 31.12.2018):**

370,- € für Nichtmitglieder  
330,- € für DGSP-Mitglieder  
180,- € für Begleitpersonen

**zuzüglich Gebühren für die Sportpraxis für Teilnehmer/innen und  
aktive Begleitpersonen: 310,- €**

Bei Rücktritt bis zum 31. Dezember 2018 erlauben wir uns eine Storno-/Bearbeitungsgebühr von 70,- €  
(für die Lehrgangsgebühren) zu erheben.

Bei Rücktritt nach dem 1. Januar 2019 ist eine Rückerstattung der Lehrgangsgebühr nicht mehr möglich.  
Für alle anderen Leistungen gelten die Stornobedingungen der AGBs. Es empfiehlt sich, eine  
Reisekostenrücktrittsversicherung abzuschließen.

Es empfiehlt sich, eine Reisekostenrücktrittsversicherung abzuschließen.

Optionale Leistungen: Radverleih gegen Gebühr - bitte rechtzeitig reservieren!

**Anmeldung und Infos Online über: [www.t3-training.de](http://www.t3-training.de)**

Fortbildungspunkte DGSP Sportmedizin

(Zweitageskurse 1, 2, 3 und 12 der DGSP)

32 Std. Sportmedizinische Aspekte des Sports und

32 Std. Kategorien der Sportmedizin:

ZTK 1 Leitgedanke: Energiebereitstellung und Leistungsdiagnostik

ZTK 2 Leitgedanke: Funktion und Anpassung, Trainingseffekte

ZTK 3 Leitgedanke: Leistungsfähigkeit Geschlecht und Lebensalter

ZTK 12 Leitgedanke: Metabolischer Schwerpunkt in der Sportmedizin

Die Bescheinigungen erfolgen gemäß neuem Curriculum und müssen ggf. von den zuständigen Landesärztekammern  
für die alte Weiterbildungsordnung  
umgerechnet werden.

CME Fortbildungspunkte: LÄK Baden Württemberg (Kategorie B), 64 Punkte

**Allgemeine Geschäftsbedingungen**

Es gelten die AGB des Vermittlers allwetterkind GmbH & Co. KG

und des Veranstalters Kurt Konrad & Cía.,

S.A. - Tenerife Top Training - Pueblo Canario, Local 503 - 38660 Costa Adeje,

Teneriffa - Kanarische Inseln, Spanien.

Sporttauglichkeit, Haftpflichtschutz und Unfallversicherungsschutz werden vorausgesetzt. Die Teilnahme an dem Sportmedizin Workshop findet auf eigene Gefahr statt. Der Veranstalter haftet nicht für Verluste, Unfälle oder Schäden an Personen oder Sachen gleich welchen Ursprungs.

Es wird deshalb angeraten, den eigenen Versicherungsschutz entsprechend zu überprüfen.

**Hotelanschrift**

**Aparthotel Jardín Caleta**

Avenida Las Gaviotas, n.32, 38660 La Caleta, Tenerife, Spain