

Freitag 08.10.2021

	Referent/-in	Thema	Ort
Ab 14:30		Anmeldung	SR. 1.04
15:00 – 15:15	Wolfarth	Begrüßung/Ablauf	SR. 1.04
15:15 – 16:00	Kalski, Claußen	Vorstellung Referent*innen Vorstellungsrunde (A) 5 min Erwartungen der Teilnehmer an das Seminar (V) (5 + 10 min) Rundgang Ambulanzräume (A) Grundlagen Ausdauerleistungsdiagnostik <ul style="list-style-type: none"> - Indikationen / Klientel - Kontraindikationen - Ergometrie (LB, FR, HK, R, S) - Messverfahren / Belastungsprotokolle - Messparameter (HR, L, RR, RPE) - Labor- und Feldtests 	SR. 1.04
16:00 – 17:30	Claußen	Theoretische Grundlagen des Laktatstoffwechsels <ul style="list-style-type: none"> - Anaerobe/aerobe EB - Abbau von Laktat - Beziehung Laktatkonzentration und Intensität - Muskelphysiologie - Grund für Belastungsabbruch (pH wert) 	SR. 1.04
		Kaffeepause	SR. 1.04
17:45 – 18:30	Kalski	Grundlagen der Laktatmessung <ul style="list-style-type: none"> - Probandenvorbereitung (EKG, Aufklärung, Borg-Skala, Trainingsumfang & -beginn, (Gruppenarbeit) - Theoretische Grundlagen der Laktatabnahme (Einflussfaktoren, Schweiß, sauber arbeiten usw.) 	SR. 1.04
18:30 – 19:15	Claußen	Gerätekunde (Ergometrieinheiten, Laktatmessgeräte, Auswertungssoftware) <ul style="list-style-type: none"> - Ergometriearten - Unterschiedliche Laktatmessgeräte (Stationär vs Mobil) - Messprinzipien/Funktionsweise - Auswertungssoftware 	SR. 1.04

Samstag 09.10.2021

Uhrzeit	Referent/-in	Thema	Ort
9:00 - 9:45	Kalski	Belastungsprotokolle: <ul style="list-style-type: none"> • Rampe vs. Stufenprotokoll • Verschiedene Stufen (Vor- & Nachteile von zu kurzen und zu langen Stufen) Schwellenkonzepte <ul style="list-style-type: none"> • maxLaSS (30 Minuten) • Fixe Schwellen nach Mader • Dickhuth • Stegmann • Senkentest nach Tegtbur Laufband vs. Fahrrad	SR. 1.04
9:45 – 10:30	Kalski, Claußen (2x SHK)	Praktische Einführung in die Laktatabnahme und die Laktatbestimmung (A) <ul style="list-style-type: none"> - Probandenvorbereitung (EKG, Desinfektion, Salbe, Personalsicherheit (Stichgefahr), - Entnahmetechniken - Bestimmung der Laktatwerte 	Ambulanz, Belastungsraum
		Kaffeepause	
10:45 – 13:00	Kalski, Claußen 2x SHK	Praktische Durchführung der Laktatdiagnostik (Kleingruppen) Laktatstufentest (LB, Rad)	Ambulanz, Belastungsraum
		Mittagspause	Haus 13
14:00 – 15:30	Claußen	Einführung in die Trainingswissenschaft	SR. 1.04
15:30 – 17:00	Claußen	Trainingsplanung und Trainingssteuerung in der Praxis <ul style="list-style-type: none"> - Belastungsgestaltung, Trainingsmethoden - Periodisierung - Praxisbeispiele (Wochen, Monatsplan) 	SR. 1.04
		Kaffeepause	SR. 1.04
17:15 – 18:00	Claußen	Auswertung und Interpretation der Laktatleistungskurven aus der Praxis <ul style="list-style-type: none"> - Auswertung/Interpretation - Auswertungssoftware (Ergonizer/Winlactat) 	SR. 1.04
18:00 – 18:45	Thouet	Kardiologische Aspekte in der Sportmedizin und Leistungsdiagnostik <ul style="list-style-type: none"> - Indikationen - Risikofaktoren - Abbruchkriterien - Risikogruppen - Ziele der LLD bei Patienten - Notfallsituationen 	SR. 1.04
18:45 – 19:30	Thouet	Laktatleistungsdiagnostik in Prävention und Reha; <ul style="list-style-type: none"> - Welche Intensität ist für welche Patientengruppe geeignet 	SR. 1.04

Sonntag 10.10.2021

Uhrzeit	Referent/-in	Thema	Ort
9:00 – 10:30	Kalski, Claußen 2x SHK	Praktische Durchführung der Laktatdiagnostik (Kleingruppen) - Laktatstufentest (LB, Rad, Handkurbel)	Ambulanz, Belastungsraum
		Kaffeepause	
10:45 – 11:30	Wolfarth	Fallstricke in der Laktatleistungsdiagnostik - Nicht-plausible Werte - Probenverunreinigung - Falsche Protokolle	SR. 1.04
11:30 – 12:15	Wolfarth	Abrechnungsempfehlungen und Qualitätssicherung Abrechnungsaspekte von ärztlichen Zusatzleistungen (IGEL), Diagnostik, Trainingsberatung	SR. 1.04
12:15 – 12:30	Kalski, Claußen Wolfarth	Evaluation und Abschluss	SR. 1.04

Referent*innen:

Prof. Dr. med. Bernd Wolfarth

Dr. med. Thomas Thouet

M.A. Linda Kalski

M.A. Lars Claußen