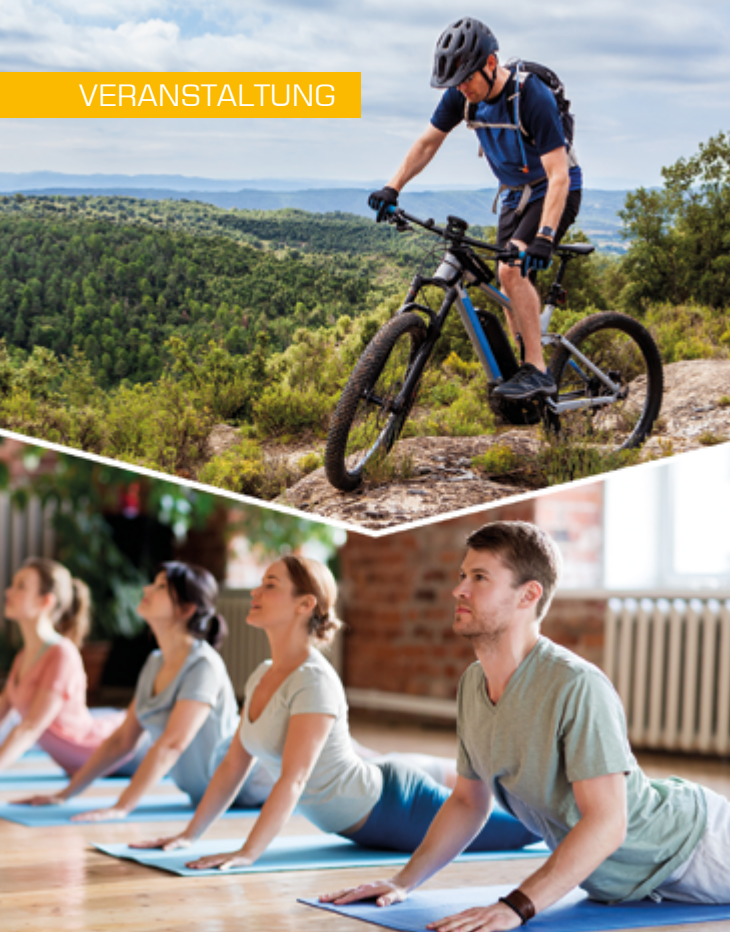




ACTION-FAN ODER BALANCE-TYP – WELCHER SPORT FÜR WEN?

**43. SPORTMEDIZINISCHES SEMINAR
09. NOVEMBER 2019, SPORT STUTTGART**

Mit freundlicher
Unterstützung der



AOK Baden-Württemberg



ACTION-FAN ODER BALANCE-TYP

Sport – so vielseitig wie der Mensch selbst

Der Sport bietet viele unterschiedliche Motivationsanreize. Ebenso haben Menschen eine Vielzahl individueller Motive und Ziele, die sie beim Sporttreiben verfolgen. Je nach „Sporttyp“ sind also ganz unterschiedliche Aktivitäten passend, um mit Freude sportlich aktiv zu werden und zu bleiben.

Während die einen den Sport nutzen, um neue Kontakte zu knüpfen, wollen andere primär etwas für ihre Figur tun oder sich vom Alltagsstress erholen. Aber auch der sportliche Erfolg an sich kann entscheidend dafür sein, ob man am Ball bleibt – denn was man gut kann, macht meistens auch Spaß!

Doch welcher Sport passt zu wem? Und welche Rolle spielen neben persönlichen Sportmotiven eigentlich unsere Gene bei der Trainingssteuerung? Beim 43. Sportmedizinischen Seminar wollen wir diesen Fragen auf den Grund gehen und einen Blick darauf werfen, wie Vereine bei der Gestaltung ihrer Sportangebote noch individueller auf potentielle Vereinsmitglieder eingehen können. Dazu bekommen Übungsleiter/innen und Trainer/innen in praktischen Workshops vielfältige Anregungen, wie dies – weg von klassischen Ansätzen wie alters- und sportspezifischen Angeboten – gelingen kann.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Christine Vollmer
WLSB-Vizepräsidentin
Sportentwicklung



Prof. Dr. Martin Huonker
Landessportbundarzt,
ärztlicher Direktor des
Therapiezentrum Federsee



GESUNDNAH

Das ergänzende Reha-Programm AOK-Sports.

Damit Sie nach sporttypischen Verletzungen schneller wieder auf die Beine kommen, bieten wir Ihnen optimale Voraussetzungen: inklusive individuellem Trainingsplan und fachärztlicher Begleitung in einer AOK-Sports-Therapieeinrichtung. Mehr dazu unter aok-bw.de/facharztprogramm

AOK Baden-Württemberg

PROGRAMM

9:15 Uhr

ERÖFFNUNG & BEGRÜSSUNG

Christine Vollmer
WLSB-Vizepräsidentin Sportentwicklung

Prof. Dr. Martin Huonker
Landessportbundarzt, ärztlicher
Direktor des Therapiezentrums Federsee

9:30 Uhr bis ca. 12:15 Uhr

VORTRÄGE

Sporttalentdiagnostik und effektive Trainingssteuerung per Gentest?

Prof. Dr. Dr. Perikles Simon
Leiter der Abteilung Sportmedizin, Prävention &
Rehabilitation, Universität Mainz

Was heißt hier motiviert? – Individuelle Motivationen und ihre Bedeutung für den Breiten- und Gesundheitssport

Prof. Dr. Gorden Sudeck
Leiter des Arbeitsbereichs Bildungs- und Gesundheitsforschung im Sport, Institut für Sportwissenschaft, Universität Tübingen

12:15 bis 13:15 Uhr

MITTAGSPAUSE

13:15 bis 16:00 Uhr

WORKSHOPS

Runde 1: 13:15 Uhr bis 14:30 Uhr

Runde 2: 14:45 Uhr bis 16:00 Uhr

16:00 Uhr

ENDE

WORKSHOPS

Jede/r Teilnehmer/in kann pro Runde einen Workshop bei der Anmeldung wählen.

WS 1: Für Leistungsorientierte:

Der Alltags-Fitness-Test

Anne Surborg
Sportwissenschaftlerin (M.A.)

WS 2: Für Gesundheitsbewusste:

Budomotion-SPORT PRO GESUNDHEIT

Rainer Wenzel
Karateverband Baden-Württemberg

WS 3: Für Tiefenentspannte:

KAHA® für Körper, Geist und Seele

Elli Kutscha
STB-Referentin und Ausbilderin Aroha Academy

WS 4: Für Kontaktfreudige:

Ballspiele und weitere Spiele

Margarete Lehmann & Dieter Stirn
Württembergischer Fußballverband

WS 5: Für Rhythmusbegeisterte:

Pound® - Rockout. Workout.

Birgit Weihnacht
Pound Pro und Tour Crew Member

WS 6: Für Teamplayer:

Gemeinsam sind wir stark!

Tamara Wangerowski
Erlebnispädagogin, epizentrum e.V.

WS 7: Für Pechvögel:

Soforthilfe bei Sportverletzungen

Dr. Thorsten Bertsch
BG Klinik Tübingen

WS 8: Für Actionfans:

Spaß, Spiele und Fitness mit SCHiMPF

Kim Denzer
Hochschulsport Universität Stuttgart

VERANSTALTUNGSPARTNER

In Zusammenarbeit mit der
Deutschen Gesellschaft
für Sportmedizin
und Prävention (DGSP)



ORGANISATORISCHES

ANMELDUNG

Bis 26. Oktober 2019 online unter
veranstaltungen.wlsb.de/spomed



TEILNAHMEGEBÜHR UND LIZENZVERLÄNGERUNG

Die Teilnahmegebühr beträgt 40 Euro. Für die Teilnahme an der Veranstaltung können 6 Lerneinheiten (LE) für die Lizenzen ÜL C „Breitensport“, ÜL C „Sport mit Älteren“, ÜL B „Sport in der Prävention“ und ÜL B „Sport in der Krebsnachsorge“ angerechnet werden.

ORT UND ANREISE

SpOrt Stuttgart
Fritz-Walter-Weg 19
70372 Stuttgart

Pkw: Parkmöglichkeiten im Parkhaus neben dem
SpOrt Stuttgart (ggf. gegen Gebühr)
Bahn: S-Bahn Linie 1, Haltestelle Neckarpark

WEITERE INFORMATIONEN

Württembergischer Landessportbund e.V.
Geschäftsbereich Sport und Gesellschaft
Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart
Tel.: 0711/28077-168, Fax: 0711/28077-109
E-Mail: veranstaltung@wlsb.de, www.wlsb.de