



DDA-Karatelehrer 2

Modul 19 - Sportmedizin für Karateka leicht gemacht – Teil II
(Aktuelle Erfahrungen aus dem Spitzen- und Breitensport, Therapie, Prävention und Reha-Möglichkeiten im Verein)

Dozenten u. Ausbilder:

Dr. Anna-Maria Fritzsche - Orthopädie, Unfallchirurgie, Physiotherapie
Dr. Jürgen Fritzsche - Lehrreferent

Termin:

Samstag, 26.08.2017 von 10:00 bis 17:00 Uhr

Ort:

Landessportschule Hessen
Otto-Fleck-Schneise 4
60528 Frankfurt
Tel. 069 - 67890

Seminargebühren: 85,00 €

incl. Tagungsgetränke (Kaffee, Tee, Mineralwasser) ohne Übernachtung und sonstige Verpflegung.

Mittag- und Abendessen sind im SB-Sportrestaurant möglich. **Die hierzu erforderlichen Essensmarken können Sie am Anreisetag bis spätestens 10:00 Uhr an der Rezeption erwerben** (Mittagessen 9,00 €, Abendessen 7,50 €).

Bitte überweisen Sie **vor dem Seminar** unter Angabe der Modul-Nr. die Seminargebühren auf das Konto des DKV (s. Anmeldebogen).

Trainingsanzug, Hallenschuhe sowie Schreibutensilien und USB-Stick sind bitte mitzubringen! Ein Gi ist nicht erforderlich.

Während der gesamten Veranstaltung gilt Haftungsausschluss!

Anmeldungen bitte mit anhängendem Anmeldebogen **bis 4 Wochen** vor dem Seminar unter conny.schmiemann@karate.de.

Anmeldung auf der nächsten Seite

ANMELDUNG

DDA Karatelehrer 2 – Modul 19

Sportmedizin für Karateka leicht gemacht - Teil II

mit **Dr. Anna-Maria Fritzsche
Dr. Jürgen Fritzsche**

am **Samstag, 26.08.2017 von 10:00 – 17:00 Uhr**

Ort: **Landessportschule Hessen**

Name

Vorname

geb.

Adresse

Telefon

Handy

E-Mail

DKV-Mitgliedsnr.

DAN – Grad

Seminargebühren 85,00 €

incl. Tagungsgetränke (Kaffee, Tee, Mineralwasser), ohne Übernachtung und sonstige Verpflegung.

Überweisung der Gebühren bitte unter Angabe der Modul-Nr. vor dem Seminar auf unser Konto

DEUTSCHER KARATE VERBAND e.V.

Sparkasse Gladbeck

IBAN: DE 53 4245 0040 0071 0143 02

SWIFT-BIC: WELADED1GLA

Bitte Trainingsanzug, Hallenschuhe sowie Schreibutensilien und USB-Stick mitbringen!

Modul 19

Sportmedizin für Karateka leicht gemacht – Teil II

Neueste Erkenntnisse zu:

- Aktuelle Erfahrungen aus dem Spitzen- und Breitensport
- Therapien
- Prävention (z.B. rückergerichtetes Training)
- Reha-Möglichkeiten im Verein
(z.B. schonende Übungen für die großen Gelenke)

Für das alltägliche Training lernen wir Belastungen auf den Bewegungsapparat zu verstehen und förderlich entgegen zu wirken. Breiten-sportliche Probleme werden ebenso erfasst wie das prophylaktische Training für Wettkampfsportler. Gut umsetzbare Tipps, Beratungs- sowie Therapievorschläge werden gegeben. Dazu gibt es dann Übungen zur Prävention und Reha sowie auch Tipps zur ersten Hilfe im Notfall. Die einzelnen Gelenke und Verletzungen werden erklärt und besprochen:

1. Wirbelsäule: Anatomie, Verletzungen, Therapie, Prävention
2. Hüfte: Anatomie, Verletzungen, Therapie, Prävention
3. Vorstellung und Diskussion von vereinsinternen gesundheitlichen Problemen der Teilnehmer bei Wunsch .

Zum Seminarbeginn neben Schreibunterlagen und einem USB-Stick bitte auch Trainingsanzug/ Hallenschuhe mitbringen. Ein Gi ist nicht erforderlich.

Referenten: Dr. Anna-Maria Fritzsche und Dr. Jürgen Fritzsche
