



Zertifikatskurs

Medizinische Trainingslehre

In diesem Lehrgang werden Sie lernen, wie man einen Trainingsplan nach den Richtlinien der Medizinischen Trainingslehre erstellt, damit Sie das „Medikament Training“ sowohl bei unterschiedlichsten Krankheitsbildern als auch in der Prävention richtig einsetzen und ein Trainingsrezept erstellen können.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt in der sportmedizinischen Betreuung von Nachwuchsleistungssportlern, um Verletzungen und Überlastungsschäden zu verhindern, die im Erwachsenenalter große Probleme bereiten können.

Die Ausbildung schließt mit einer schriftlichen Wissensüberprüfung ab. Bei Absolvierung aller Unterrichtseinheiten und bestandener Testat erhalten sie das **Zertifikat „Medizinische Trainingslehre“ der Österreichischen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (ÖGSMP)**.

Donnerstag, 16. Oktober 2025

- | | |
|-------------------|--|
| 16:00 – 16:15 Uhr | Begrüßung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer <i>Univ. Prof. Dr. Holger Till</i> |
| 16:15 – 17:00 Uhr | Indikationen für die Verordnung von Bewegungstherapie / Therapeutischer Nutzen von körperlicher Aktivität / Empfehlungen für gesundheitswirksame körperliche Aktivität für Gesunde, chronisch Kranke und Kinder <i>Univ. Prof. Dr. Peter Schober</i> |
| 17:00 – 17:45 Uhr | Grundlagen des Energiestoffwechsels <i>Dr. Jana Windhaber</i> |
| 18:00 – 19:30 Uhr | Sportmedizinische Diagnostik bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen (Anamnese, klinisches und orthopädisches Screening, apparative Diagnostik, Ergometrie) <i>Univ. Prof. Dr. Peter H. Schober</i> |

Freitag, 17. Oktober 2025

- 09:00 – 10:30 Uhr Prinzipien der Medizinischen Trainingslehre
Dr. Jana Windhaber
- 11:00 – 12:30 Uhr Trainingsmethoden (Ausdauer, Kraft, Koordination)
Univ. Prof. Dr. Peter H. Schober
- 12:30 – 14:00 Uhr Mittagspause
- 14:00 – 15:30 Uhr PRAXISSEMINAR:
Breitensport, Burnout-Prävention:
wissenschaftliche Datenlage, physiologischer Hintergrund, praktische Umsetzung, Trainingsplanerstellung anhand von Fallbeispielen unter fachlicher Anleitung
Dr. Annemarie Wieland
- 16:00 – 17:30 Uhr PRAXISSEMINAR:
Trainingsmethoden für Kraft- und Koordinationstraining für Einsteiger (Sportgewand von Vorteil)
Raphael Windhaber BSc, Paul Herzeg MSc

Samstag, 18. Oktober 2025

- 09:00 – 10:30 Uhr Überlastungsschäden am Bewegungsapparat bei Jugendlichen und Erwachsenen durch Unkenntnis oder Missachtung der Prinzipien der medizinischen Trainingslehre
Univ. Doz. Dr. Gerald Gruber
- 11:00 – 12:30 Uhr PRAXISSEMINAR:
Metabolische Erkrankungen (Adipositas, DM II):
wissenschaftliche Datenlage, physiologischer Hintergrund, praktische Umsetzung, Trainingsplanerstellung anhand von Fallbeispielen unter fachlicher Anleitung
Dr. Jana Windhaber
- 12:30 – 14:00 Uhr Mittagspause
- 14:00 – 15:30 Uhr PRAXISSEMINAR
Arteriosklerose (KHK, art. Hypertonie):
wissenschaftliche Datenlage, physiologischer Hintergrund, praktische Umsetzung, Trainingsplanerstellung anhand von Fallbeispielen unter fachlicher Anleitung
Univ. Prof. Dr. Paul Haber, Univ. Lekt. Dr. Gunther Leeb

16:00 – 17:30 Uhr PRAXISSEMINAR
Lungenerkrankungen und rheumatische Erkrankungen:
wissenschaftliche Datenlage, physiologischer Hintergrund, praktische
Umsetzung, Trainingsplanerstellung anhand von Fallbeispielen unter
fachlicher Anleitung
Univ. Prof. Dr. Paul Haber, Univ. Lekt. Dr. Gunther Leeb

Sonntag, 19. Oktober 2025

09:00 – 10:30 Uhr Sportmedizinische Betreuung von Krebspatienten
Prim. Clin. Ass. Prof. Dr. Andrea Podolsky

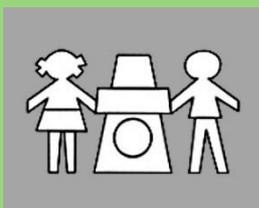
11:00 – 12:30 Uhr PRAXISSEMINAR:
Nachwuchsleistungssportler in Spiel- und Einzelsportarten:
Trainingsplanerstellung anhand von Fallbeispielen unter fachlicher
Anleitung
Dr. Annemarie Wieland

13:00 – 14:00 Uhr Schriftliche Wissensüberprüfung (Erstellung eines Trainingsplans)

Wissenschaftliche Leitung

Österreichische Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (ÖGSMP)
Dr. Jana Windhaber, Univ. Prof. Dr. Peter H. Schober

Veranstalter



**Verein für Kinderchirurgie an der
Medizinischen Universität Graz**

Veranstaltungsort

Hörsaal der Kinderklinik, MedUni Graz, Auenbruggerplatz 34/2, 8036 Graz

Anrechenbarkeit

| | |
|--------------------------|----------------|
| DFP-Diplom der ÖÄK: | 25 DFP-Punkte |
| ÖÄK-Diplom Sportmedizin: | 26 UE |
| THEORIE | 14 UE à 45 min |
| PRAXIS | 12 UE à 45 min |

Gebühren

€1080.—

Für Mitglieder der ÖGSMP: € 1030.--

(Preis inkl. Vortragsunterlagen im pdf-Format, Pausenverpflegung exkl. Mittagessen)

Wenn Sie Mitglied werden wollen, können Sie sich unter

<https://www.sportmedizingesellschaft.at/registrierunganmeldung> registrieren. Der Mitgliedsbeitrag beträgt € 50.-- pro Jahr.

Anmeldung

Ihre verbindliche Anmeldung ist nur mittels E-Mail an info@sportmedizingesellschaft.at möglich.

Betreff: Anmeldung Zertifikatskurs Medizinische Trainingslehre

Wir bitten um Angabe von Titel, Name, ÖÄK Nummer (optional), Rechnungsanschrift und Telefonnummer.

Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung, die Rechnung und die Kontodaten für die Einzahlung der Kursgebühr.

Informationen für die Teilnahme

- Um die Ausbildung auf qualitativ hohem Niveau und optimal praxisrelevant durchführen zu können, ist die Teilnehmerzahl limitiert.
- Die Reihung erfolgt in der Reihenfolge des Einlangens der Überweisung der Teilnahmegebühren.
- Das Zertifikat „Medizinische Trainingslehre“ der Österreichischen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (ÖGSMP) erhalten Sie nur nach Absolvierung aller Unterrichtseinheiten und bestandener Wissensüberprüfung.
- Wenn Sie keine Wissensüberprüfung ablegen möchten, erhalten Sie lediglich Teilnahmebestätigungen für die absolvierten Einheiten. Die Ausgabe der Teilnahmebestätigungen erfolgt nach dokumentierter Anwesenheit. Nicht abgeholte Kursbestätigungen werden auf Anfrage kostenpflichtig zugesandt.
- Bild- und Tonaufnahmen von den Vorträgen sind ausnahmslos nicht gestattet.
- Die Kursunterlagen werden Ihnen im pdf-Format zur Verfügung gestellt.
- Zeitliche und inhaltliche Änderungen des Programms behält sich der Veranstalter vor.
- Wird eine Mindestteilnehmerzahl von 15 Personen nicht erreicht, behält sich der Veranstalter vor, die Veranstaltung gegen Rückerstattung der Kursgebühren abzusagen.

Stornogeühren

Bei Stornierung der Anmeldung bis 30. August 2025 werden keine Gebühren verrechnet, bei Stornierung von 1. September 2025 bis zum Kursbeginn werden 50% der Kursgebühren rückerstattet. Bei Nichterscheinen ohne Abmeldung vor Kursbeginn erfolgt keine Rückerstattung des eingezahlten Betrages.

Haftungsausschluss

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Schäden (Personen-, Sach- oder Vermögensschäden) von TeilnehmerInnen. Die Teilnahme erfolgt ausschließlich auf eigene Verantwortung.

Referenten

| | |
|--|---|
| Univ. Doz. Dr. Gerald Gruber | FA für Orthopädie und Traumatologie, Sportorthopäde, Graz |
| Univ. Prof. Dr. Paul Haber | FA für Innere Medizin und Internistische Sportheilkunde, Gesund in Schönbrunn, Wien |
| Paul Herzeg MSc | Physiotherapeut, Physio 2.0, Graz |
| Univ. Lekt. Dr. Gunther Leeb | Arzt für Allgemeinmedizin, Sportarzt, diplomierter AGAKAR-Arzt, SportMedCenter Hollabrunn |
| Prim. Clin. Ass. Prof. Dr. Andrea Podolsky | Leiterin des Institutes für Präventiv- und Angewandte Sportmedizin, Krems |
| Univ. Prof. Dr. Peter H. Schober | Medizinische Universität Graz |
| FÄ Dr. Annemarie Wieland | Ambulanz für Sport- und Leistungsmedizin, Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendchirurgie, Graz |
| Univ. Lekt. FÄ Dr. Jana Windhaber | Leiterin der Ambulanz für Sport- und Leistungsmedizin, Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendchirurgie, Graz |
| Raphael Windhaber BSc | Physiotherapeut, Physio 2.0, Graz |