

## **Fortbildung: Praxisnahe Prävention im Leistungssport**

**Datum: Samstag, 31.10.2015 oder Montag, 30.11.2015**

**Beginn: 8.30 Uhr / Ende: 17.00 Uhr**

**Ort: Sportschule Hennef, Sövenner Straße 60, 53773 Hennef**

**Kosten: 180 Euro**

Verletzungen senken nicht nur die Leistungsfähigkeit jedes einzelnen Athleten, sondern verringern im Mannschaftssport nachweislich die Erfolgchance des gesamten Teams. Dabei ist ein Großteil der Verletzungen im Leistungssport durch gezielte Maßnahmen vermeidbar. Sollte es trotz präventiver Bemühungen dennoch zu einer Verletzung kommen, gilt es diese entsprechend zu analysieren, um Folge- oder Rezidivverletzungen zu vermeiden. Um die Gesundheit und Leistungsfähigkeit Ihrer Athleten zu fördern, möchten wir Ihnen praxisnahe Werkzeuge vorstellen, die helfen, individuelle Risikofaktoren der Athleten zu identifizieren und korrigierende Interventionen abzuleiten. Außerdem sollen Möglichkeiten zur Dokumentation und Auswertung von Verletzungen vorgestellt werden.

Die Fortbildungen können im Rahmen des VBG Prämienverfahrens mit einer 40-prozentigen Kostenrückerstattung prämiert werden. Die genauen Durchführungsbestimmungen finden Sie auf der Website der VBG unter folgendem Link:

[http://www.vbg.de/DE/3\\_Praevention\\_und\\_Arbeitshilfen/3\\_Aktuelles\\_und\\_Seminare/5\\_Praemienverfahren/praemienverfahren\\_node.html](http://www.vbg.de/DE/3_Praevention_und_Arbeitshilfen/3_Aktuelles_und_Seminare/5_Praemienverfahren/praemienverfahren_node.html)

### **Inhalte:**

- Zahlen, Daten, Fakten zum Verletzungsgeschehen
- Testbatterie zur Präventivdiagnostik (Theorie und Praxis)
- Verletzungsmonitoring und -auswertung

Die Fortbildungen werden als Tagesveranstaltung von 8.30 bis 17.00 Uhr angeboten und beinhalten 8,5 Lehreinheiten. Die Lehreinheiten werden zur Verlängerung der Lizenz zum Athletiktrainer des DOSB anerkannt. Die Teilnehmer erhalten ein Zertifikat.

### **Meldeschluss:**

Fortbildung 1: Samstag, 31.10.2015 = 19.10.2015

Fortbildung 2: Montag, 30.11.2015 = 23.11.2015

### **Anmeldung bei:**

Ribbecke, Thorsten

ribbecke@trainerakademie-koeln.de

0221 / 94875 – 0