



# PRÄVENTIONSSYMPOSIUM FUSSBALL

26. Mai 2018 9.00 bis 17.00 Uhr  
BayArena  
Leverkusen

## Leistungssteigerung auf ganzer Linie

Verletzungen sind im Fußball, insbesondere im leistungsorientierten Fußball, ein zentrales Thema. Das vielzitierte Verletzungspech stellt Vereine sowie Trainerinnen und Trainer immer wieder vor große Herausforderungen. Verletzungen sind jedoch kein Schicksal!

Zahlreiche Studien zeigen, dass im Fußball durch gezielte Präventionsmaßnahmen die Anzahl und Schwere der Verletzungen deutlich reduziert werden kann. Prävention ist dabei nicht nur eine zentrale Investition in die Gesundheit, sondern insbesondere auch in die Leistungsfähigkeit der Spielerinnen und Spieler und somit ein Schlüssel zu erfolgreichem Sport.

Die VBG hat in Zusammenarbeit mit dem DFB und seinen Verbänden, mit Fachleuten aus der Sportwissenschaft und der Sportmedizin neue und bewährte Präventionskonzepte für den Fußballsport erarbeitet und zusammengestellt, die eine Senkung der Unfallzahlen zum Ziel haben. Dieses Symposium soll vielfältige und praktikable Wege aufzeigen, die zur Verletzungsprävention beitragen und das Leistungsniveau der Spielerinnen und Spieler verbessern.

# PRÄVENTIONSSYMPOSIUM FUSSBALL

26. Mai 2018 9.00 bis 17.00 Uhr  
BayArena, Leverkusen

 **VBG**  
Ihre gesetzliche  
Unfallversicherung

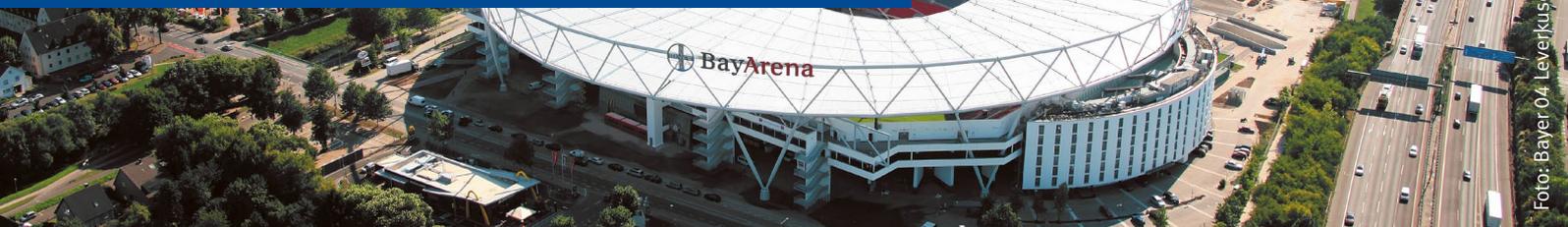


Foto: Bayer 04 Leverkusen

## Programmübersicht\*

Moderation des Symposiums: Sven Pistor, WDR2

Zeit	Inhalt	Referent
Ab 9.00 Uhr	Registrierung und Empfang Symposium	
9.30 – 9.50	Begrüßung und Eröffnung des Symposiums	Wolf-Hinrich Deters, VBG Hermann Korfmacher, WDFV NN, Bayer 04 Leverkusen
9.50 – 10.15	Was wollt Ihr eigentlich? Prävention aus Trainersicht	Christian Klein, VBG Sportreferent
10.15 – 11.00	Funktionelle Diagnostik – Möglichkeiten vom Amateur- bis zum Profifußball	Dr. Burak Yildirim und Dr. Hauke Dewitz, Institut für funktionelle Diagnostik
11.15 – 12.30	Workshop A: Praxis-Demonstration Speedcourt Workshop B: Modernes Aufwärmen im Fußball	Carsten Rademacher, Leiter Rehadtherapie Bayer 04 Werkstatt Tim Riedel, Athletiktrainer NLZ Bayer 04 Leverkusen
12.30 – 13.30	Mittagspause mit Lunch-Buffer	
13.30 – 14.00	#NextGen – Prävention aus Sicht der Profis von morgen	Dr. Stefan Göke, Gründer und Geschäfts- führer von GOKIXX
14.00 – 14.30	Präventives Training – Eins für alle?	Hendrik Bloch, VBG Sportreferent
14.30 – 15.00	Richtige Trainingssteuerung: Hard or Smart?	Dr. Patrick Luig, VBG Sportreferent
15.00 – 15.30	Kaffeepause	
15.30 – 16.00	Fußball is(s)t unser Leben – Ernährung im Fußball	Vanessa Oertzen-Hagemann, Lehr- und Forschungsbereich Sportmedizin und Sporternährung, Ruhr-Universität Bochum
16.00 – 16.30	Der Relative-Age-Effekt	Krunoslav Banovcic, Fitnesstrainer DFB U-21 Nationalmannschaft
16.30 – 17.00	Regeneration	Anton Blessing, ALLOUT Performance Coach
anschließend	Get-together mit Stadion-Currywurst und Stadion-Bier	

\* kurzfristige Änderungen vorbehalten!

Adresse: BayArena | Marienburger Straße (Ecke Görresstraße) | 51373 Leverkusen

In Zusammenarbeit mit:



# PRÄVENTIONSSYMPOSIUM FUSSBALL

26. Mai 2018 9.00 bis 17.00 Uhr  
BayArena, Leverkusen

 **VBG**  
Ihre gesetzliche  
Unfallversicherung

Foto: Bayer 04 Leverkusen

## Anmeldung

**Ihre verbindliche Zusage erbitten wir bis zum 20. Mai 2018.** Das Symposium ist auf 200 Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrenzt. Bitte beachten Sie, dass pro Verein maximal 4 Personen angemeldet werden dürfen.

Ihre Anmeldung ist möglich  
online unter: <http://bit.ly/2pbXbyD>

Die Kosten für die Teilnahme am Symposium werden von der VBG übernommen.  
Reise- und Übernachtungskosten können leider nicht erstattet werden.

**VBG – Ihre gesetzliche Unfallversicherung**  
Referat Information  
Massaquoiassage 1  
22305 Hamburg  
[www.vbg.de](http://www.vbg.de)

**Für das Präventionssymposium Fußball am 26. Mai 2018 in der BayArena melde ich folgende Personen des folgenden Vereins an:**

Name des Vereins

### 1. Teilnehmer/in:

Vor- und Nachname

Position im Verein

E-Mail

Herren Frauen Junioren Juniorinnen

### 2. Teilnehmer/in:

Vor- und Nachname

Position im Verein

E-Mail

Herren Frauen Junioren Juniorinnen

### 3. Teilnehmer/in:

Vor- und Nachname

Position im Verein

E-Mail

Herren Frauen Junioren Juniorinnen

### 4. Teilnehmer/in:

Vor- und Nachname

Position im Verein

E-Mail

Herren Frauen Junioren Juniorinnen

Adresse: BayArena | Marienburger Straße (Ecke Görresstraße) | 51373 Leverkusen

In Zusammenarbeit mit:

