

Programm

Summerschool GOSM/ DAAO 2024

Heiligenhafen/ Ostsee

30.5.24 - 2.6.24

Best of Osteopathie und Wassersport

Donnerstag, 30.5.2024

13:00 - 18:00

Vorträge mit anschließenden vertiefenden Übungen und „Hands on“ an der Liege:
Anwendung verschiedener osteopathischer Techniken in der Sportmedizin

**Schnelle und effektive osteopathische Diagnostik: Erhebung eines funktionellen Status unter sportmedizinischer Sicht
(St. Giesswein)**

**Unwinding- eine schnelle Behandlungsmethode in der Sportmedizin
(S. Sörries)**

Pause (15 min)

**Behandlungsalgorithmus für rezidivierende LWS Beschwerden beim Sportler
(J. Schäfer)**

Ort: Vortragsraum Hotel Bretterbude, Heiligenhafen

ab 19:00 Uhr

Get together und Grillabend im Wassersportcenter Heiligenhafen

Freitag 31.5.2024

09:00 - 13:45 Uhr

Vorträge mit anschließenden vertiefenden Übungen und „Hands on“ an der Liege:
Anwendung verschiedener osteopathischer Techniken in der Sportmedizin

**Die Still Technik und ihre schnelle Anwendung in der Sportmedizin
(S. Frank)**

Pause (15min)

**Die effektivsten Muskel- und Weichteiltechniken (MET/MFR/BLT) in der sportmedizinischen Praxis
(R. Pesch, O. Drieschner)**

Pause 10 min

**Die sonografische Elastografie als Tool zur Diagnostik und Therapie von funktionellen Beschwerden in der Sportmedizin
(J. Schilling)**

Ort: Vortragsraum Hotel Bretterbude

15:00 Uhr - 18:30 Uhr

Praktische Sportmedizin: didaktische Aspekte und Vermeidung von Sportverletzungen bei verschiedenen Wassersportarten

Ort: Wassersportcenter Heiligenhafen
Leitung: zertifizierte Wassersportlehrer

20 Uhr Summerschoolabend

**Samstag 01.06.2024
09:00 - 13:00 Uhr**

Vorträge mit anschließenden vertiefenden Übungen und „Hands on“ an der Liege:
Anwendung verschiedener osteopathischer Techniken in der Sportmedizin

**Funktionelle Techniken und deren Nutzen in der Sportmedizin
(St. Giesswein)**

Pause (15min)

**Die besten visceralen Techniken beim Sportler und der Sportlerin
(S. Frank)**

Diskussion (15 min)

Ort: Vortragsraum Hotel Bretterbude

14:30 Uhr - 17:30 Uhr

Praktische Sportmedizin: trainingstaktische Aspekte bei verschiedenen Wassersportarten

Ort: Wassersportcenter Heiligenhafen
Leitung: zertifizierte Wassersportlehrer

18:00 - 20:00 Uhr

Trainingstaktische Aspekte im Rennradsport unter besonderer Berücksichtigung von Ergonomie und Biomechanik - Theorie und Praxis (J. Mohwinkel)

Ort: Wassersportcenter Heiligenhafen

Sonntag, 02.06.2024

9:00-13:00

Praktische Sportmedizin: didaktische Aspekte und Vermeidung von Sportverletzungen bei verschiedenen Wassersportarten

Ort: Wassersportcenter Heiligenhafen
Leitung: zertifizierte Wassersportlehrer

13:00 Uhr - 14:00 Uhr

Auswertung, Zusammenfassung und Feedback (DAAO/ GOSM Vortragende)

Ort: Wassersportcenter Heiligenhafen

14:00 Ende der DAAO/ GOSM Summerschool 2024