



Weiterbildungskurs  
„Sportmedizinische Laktat-Leistungsdiagnostik“  
der DGSP (für Ärzte)

---

### Programm

#### Kursblock I (21.10./22.10.11)

##### 1.Tag (Freitag 21.10.2011)

- 14:00 Einführung, Erläuterung des Ablaufes (Nieß)  
14:15 Muskelphysiologie / - funktion / -stoffwechsel (Burgstahler)  
15:00 Akute Belastungsreaktion und Trainingsanpassung (Burgstahler)  
16:00 *Kaffeepause*  
16:15 Indikation und allgemeine Methodik der Leistungsdiagnostik (Nieß)  
17:00 Methodische Aspekte der Laktat-Leistungsdiagnostik: Protokolle,  
Feld- vs. Labortest, Schwellenkonzepte (Nieß)  
18:00 *Kaffeepause*  
18:15 Trainingssteuerung mit Hilfe leistungsdiagnostischer Ergebnisse (Nieß)  
Ende ca. 19:15

##### 2.Tag (Samstag 22.10.2011)

- 8:30 Trainingslehre im Ausdauersport (Baumann)  
9:15 Trainingsdurchführung /-steuerung im Gesundheitssport (Hipp)  
10:00 Praxis: Entnahmetechnik, paarweise Durchführung eines Stufentests im gegenseitigen Selbstversuch (Fahrrad- und Laufbandergometrie) (Hipp)  
12:00 Mittagessen  
13:00 Besprechung und Interpretation der am Morgen erhobenen Testergebnisse (Hipp)  
13:45 Interpretation von Testergebnissen anhand von Beispielen aus der Praxis (Hipp)

Ende ca. 15:00

## **Kursblock II (11.11. und 12.11. 2011)**

### **1.Tag (Freitag 11.11.2011)**

- 14:00 Begrüßung, kurze Erläuterung des Ablaufes (Hansel)  
14:15 Grundlagen der Spiroergometrie I (Hansel)  
15:00 Grundlagen der Spiroergometrie II (Hansel)  
15:45 *Kaffeepause*  
16:00 Praxis: Spiroergometrie (Hansel)  
18:00 Interpretation spiroergometrischer Messdaten (Hansel)

Ende ca 19.45

### **2. Tag (Samstag 12.11.2011)**

- 8:30 Gerätekunde – Ergometer (Striegel)  
Gerätekunde – Laktatmessgeräte /Herzfrequenzmeßgeräte,  
Auswertesoftware  
Abrechnungsmöglichkeiten, rechtliche Aspekte (Striegel)
- 9:30 Transfer zur Sportwissenschaft Tübingen
- 9:45 Praxis: Laktatbestimmung und Herzfrequenzmessung  
im Feldtest auf der 400m – Rundbahn (Striegel)
- 12:00 Mittagessen
- 13:00 Interpretation und Diskussion der erhobenen Messergebnisse (Striegel)

Ende ca. 15:00

Referenten (in alphabetischer Reihenfolge)

I. Baumann

Trainerin, u.a. ehemalige Bundestrainerin (DLV) Langstreckenlauf

Prof. Dr. med. C. Burgstahler

Oberarzt Innere Ambulanz der Medizinischen Klinik

Facharzt Innere Medizin, Kardiologie, Sportmedizin

Medizinische Klinik, Abteilung Sportmedizin, Universitätsklinikum Tübingen

Dr. med. J. Hansel

Leitender Oberarzt Innere Ambulanz der Medizinischen Klinik

Facharzt Innere Medizin, Kardiologie, Sportmedizin

Medizinische Klinik, Abteilung Sportmedizin, Universitätsklinikum Tübingen

Dr. med. A. Hipp

Wissenschaftlicher Mitarbeiter

Medizinische Klinik, Abteilung Sportmedizin, Universitätsklinikum Tübingen

Prof. Dr. med. A. Nieß

Ärztlicher Direktor

Facharzt für Innere Medizin, Sportmedizin

Medizinische Klinik, Abteilung Sportmedizin, Universitätsklinikum Tübingen

Prof. Dr. med. Dr. jur. H. Striegel

Stellv. Ärztlicher Direktor

Facharzt für Allgemeinmedizin, Sportmedizin

Medizinische Klinik, Abteilung Sportmedizin, Universitätsklinikum Tübingen

---

Medizinische Klinik, Abteilung Sportmedizin, Universitätsklinikum Tübingen

Ärztlicher Direktor

Prof. Dr. med. A. Nieß

Silcherstrasse 5, 72076 Tübingen

07071-29-86493

<http://www.medizin.uni-tuebingen.de/sportmedizin/>