

Einladung zum

3. Sportmedizin-Symposium Steinbach am 07.03.2026

Der Sportärztebund Baden Süd lädt Sie erneut herzlich ein zum 3. Sportmedizin-Symposium ganztägig in Steinbach. Das Format soll weiterhin mit theoretischen und praktischen Anteilen nicht nur SportmedizinerInnen, sondern auch SportwissenschaftlerInnen, TrainerInnen und AthletInnen ansprechen.

Wir haben - auch nach dem Ergebnis der Evaluation der letzten Veranstaltung - alte und neue Inhalte aufgenommen: Das Thema Ernährung im Sport bleibt spannend und wird wieder behandelt, von orthopädischer Seite werden Beschwerden bei Masterathleten und -athletinnen sowie aus kardiologischer und pneumologischer Sicht das Feld der Leistungseinschränkung im Sport beleuchtet. Beispiele und Herausforderungen bei der sportpsychologischen Betreuung von Mannschaften im Leistungssport werden uns geschildert. Der sportwissenschaftliche Teil beschäftigt sich mit aktuellen Erkenntnissen zum Flexibilitätstraining und Aufwärmen.

Passend zur Theorie werden im Praxisteil am Nachmittag Movement Preps als sinnvolles Aufwärmprogramm vorgestellt sowie Möglichkeiten des Beweglichkeitstrainings. Außerdem werden Untersuchungstechniken zur Diagnostik von häufigen Verletzungsbildern des Bewegungsapparates aus physiotherapeutischer Sicht präsentiert.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen und eine lebhaft Diskussion mit Ihnen!



Thomas Kaspar



Ulrike Korsten-Reck

Programm

09:30 Uhr Grußwort

Moderation: Ulrike Korsten-Reck und Thomas Kaspar

09:45 Uhr Sportverletzungen bei Masterathleten: Im Spannungsfeld von Gelenkverschleiß und Knochenschwund
Tim Hoenig

10:30 Uhr Sportpsychologische Mannschaftsbetreuung im Leistungssport
Luca Hauser

11:15 Uhr Kaffeepause

11:45 Uhr Sportlerernährung - Gibt es Unterschiede zur gesunden Ernährung für Nicht-SportlerInnen?
Andrea Stensitzky-Thielemans

12:30 – 13:30 Uhr Mittagessen

13:30 Uhr Leistungsminderung bei SportlerInnen – aus pneumologischer Sicht
Stephan Sorichter

14:15 Uhr Leistungsminderung bei SportlerInnen - aus kardiologischer Sicht
Thomas Kaspar

15:00 Uhr Flexibilitätstraining historisch betrachtet und heute
Nico Balk

15:45 Uhr Sportpraxis*

17:15 Uhr Abschließende Diskussion und Ende der Veranstaltung



Anmeldung und Teilnahmegebühr: Wir bitten um Anmeldung bis spätestens 25. Februar unter

sportmedizintag-steinbach@gmx.info

und Überweisung der Teilnahmegebühr in Höhe von 50 Euro (für DGSP-Mitglieder 45 Euro) ebenfalls zum 25. Februar 2025 unter Angabe des Verwendungszwecks auf unten genanntes Konto. Fortbildungspunkte bei der Landesärztekammer Baden-Württemberg sind beantragt ebenso die Anerkennung der Veranstaltung vom Badischen Sportbund Freiburg zur Lizenzverlängerung von ÜbungsleiterInnen.

Anfahrt:

<https://www.sportschule-steinbach.de/kontakt-anreise/anreise>

Bankverbindung:

Sportärztebund Baden - Süd e.V.
IBAN: DE 14 6809 2000 0016 5656 01
BIC: GENODE61EMM
Verwendungszweck: Sportmed. Symposium 2026

Datenschutzhinweis: Die Speicherung und Verarbeitung der per E-Mail oder telefonisch angegebenen personenbezogenen Daten erfolgt und dient ausschließlich dem Anmeldeprozess und zur Teilnahme an dieser Veranstaltung. Eine anderweitige Verarbeitung oder Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Mit der Anmeldung erklären Sie sich mit der Speicherung und Verarbeitung Ihrer Daten im Zusammenhang mit der Veranstaltung einverstanden.

Referenten und Referentinnen:

Nico Balk

Sportwissenschaftler M.Sc.
Athletik-Trainer USC Eisvögel 1. Damen-
Basketballbundesliga

Dr. Luca Hauser

Sportpsychologe Nachwuchs SC Freiburg

Dr. Tim Hoenig

Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie,
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
DLV-Verbandsarzt

Dr. Thomas Kaspar

Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie,
Sportmedizin, Praxis 360° Cardio Freiburg
DLV-Verbandsarzt

Dr. Ulrike Korsten-Reck

1. Vorsitzende Sportärztebund Baden Süd
Geschäftsführerin Adipositas-Akademie Freiburg

Prof. Stephan Sorichter

Facharzt für Innere Medizin und Pneumologie,
Sportmedizin
Chefarzt Pneumologie St. Josefs-Krankenhaus
Freiburg

Andrea Stensitzky-Thielemans

Diätassistentin / Ernährungsberaterin EB/DGE
Olympiastützpunkt Freiburg / Schwarzwald
Praxis für Ernährungstherapie in Bad Schwalbach

Oliver Wrobel

Physiotherapeut, Sport- und Gymnastiklehrer
Beweg Was – Praxis für Physiotherapie Freiburg

Kooperationspartner:



Veranstalter:

Sportärztebund Baden Süd e.V.
Dr. med. Ulrike Korsten-Reck
c/o BSB Freiburg
Wirthstr. 7
79110 Freiburg

Veranstaltungsort:

Sportschule Baden-Baden Steinbach

Yburgstrasse 115
76534 Baden-Baden/Steinbach
Tel. 07223 / 5119-0
Fax 07223 / 5119-17
info@sportschule-steinbach.de

*Praxisteil - jeweils 45 Minuten:

**Physiotherapeutische Diagnostik am
Spielfeldrand / bei akuten Verletzungen**
Oliver Wrobel

Movement Preps und Flexibilitätstraining
Nico Balk



DGSP
Sportärztebund Baden e.V.