

# Seminar Sportmedizin und Präventionssymposium der VBG

Eine Fortbildungsveranstaltung des Sächsischen Sportärztesbundes e.V. in Kooperation mit der VBG, der Sportwissenschaftlichen Fakultät der Universität Leipzig und dem Landessportbund Sachsen e.V.



Freitag, 13.11.2026 und Samstag, 14.11.2026 | Campus Jahnallee | Leipzig

## Ablauf und Inhalte Fr., 13.11.2026

15.30 -16.00 Uhr | Pausenhalle Nord

### Anmeldung und Nachmittagskaffee

16.00 - 19.00 Uhr | Hörsaal Nord

### Begrüßung und VBG-Hauptvorträge zum Thema „Zwischen Evidenz und Praxis: Aktuelle Strategien der Prävention und Return-to-Play im Sport“

- Ein Update der Präventivdiagnostik der VBG (Christoph Hainc Scheller, BV Hamburg)
- Zahlen Daten Fakten zum Return-to-Competition nach Schulterverletzungen (Dr. med. Matthias Kremer, ARZ St. Elisabeth Leipzig)
- VBG Algorithmus zum Umgang mit Schädel-Hirn-Traumata im Sport – aktuelle Entwicklungen und Neuerungen für Mannschaftsärzte (PD Dr. med. Kai Wohlfarth, BG Klinikum Bergmannstrost Halle)

## Ablauf und Inhalte Sa., 14.11.2026

10.00 -11.00 Uhr | Pausenhalle Süd & Nord

### Anmeldung und Informationsmesse

11.00 - 13.00 Uhr | Großer Hörsaal

### Begrüßung und Hauptvorträge Seminar Sportmedizin

- Entwicklungsphysiologische Aspekte im Nachwuchsleistungssport (PD Dr. med. habil. Alexandra Keller, Kinderzentrum Leipzig)
- Überlastungssyndrome bei Nachwuchsleistungssportler/innen in der Leichtathletik (Dr. med. Volker Steger, Thonbergklinik Leipzig)

13.00 - 14.00 | Pausenhalle Nord

### Mittagspause und Informationsmesse

14.00 - 15.00 Uhr | Sporthallen, HS/SR, Labor

### Praxisforum Teil 1 (Bitte wählen Sie ein Forum aus!)

### Forum 1 - evoletics - in 90 Sekunden zum individuellen Trainings-/Therapieplan

(Hans-Jürgen Gruner | Großer Hörsaal)

*Vorstellung der Trainingsplansoftware evoletics zur individuellen Trainingsplanerstellung, Diagnostik und zum Monitoring*

### Forum 2 - Sportartspezifische Laufanalyse

(Mischa Zlotowsky | Lauflabor)

*Laufanalyse zur Vermeidung von Fehl- und Überlastungen im Lauftraining sowohl für Spezialisten als auch für Einsteiger*

### Forum 3 - Das Return-to-Sport Prozedere als Grundlage der Nachbehandlung von Sportverletzungen der unteren Extremitäten (Sebastian Brunn | GuthsMuthshalle)

*Vorstellung der Return-to-Sport-Testbatterie und Ableitung individueller Trainingsinterventionen für einen sicheren und nachhaltigen Wiedereinstieg in den Sport.*

### Forum 4 - Das Plus Prevention Program (PPP)

(Eva Böker | Mehrzweckhalle)

*Vorstellung einer einfach durchführbaren Präventionsdiagnostik inkl. Auswertungsmöglichkeit, das Verletzungen vorbeugt und die Leistungsfähigkeit steigert*

### Forum 5 - Stabilisationstraining – Tipps und Tricks und selbst erlebt! (Felix Randt | Gymnastikhalle)

*Stabilisationstraining schützt und schont die Sehnen und Gelenke und vermeidet Belastungsverletzungen. Eine praktisch wahrnehmbare Übersicht des Stabilisationstrainings.*

### Forum 6 - Tapen – bunte Streifen mit großem Nutzen

(Roland Thorand / Elisabeth Grun | SR 13)

*Funktionelles elastisches und mechanisches Tapen als ergänzende Maßnahmen, um stabilisierend und entlastend positiv auf verletzte und überbeanspruchte muskuläre Strukturen einzuwirken.*

### Forum 7 – Neuroathletik (N.N. | Fechthalle)

*Vorstellung der Grundidee des neurozentrierten Trainings und Ausprobieren ausgewählter Übungen.*

### Forum 8 - Slingtraining – Herausforderung für Körper und Geist

(Erik Hinkelmann | Sporthalle Keller Sportgymnasium)  
*Einblicke in die Wirkart, Anwendungsmöglichkeiten und den simplen Aufbau, der jedoch sehr viele Übungen für JEDEN bietet - egal in welchem Trainingszustand.*

### Forum 9 – Stabilisationstraining mit Kleingeräten (Valentin & Jonathan Thies | Judohalle)

*Stabilisationstraining mittels Kleingeräten zur Rumpf- bzw. Wirbelsäulenstabilität unter Beachtung der Faszienketten*

### Forum 10 – Faszienrolle - Faszinierend? (N.N. | Boxhalle)

*Faszientraining kompakt: Grundlagen, Techniken und Anwendungsbereiche*

### Forum 11 – Krafttraining mit Kindern und Jugendlichen (Tim Schlimme | Krafthalle)

*Bewegungsqualität als Schlüssel zum Erfolg: Analyse und gezielte Verbesserung der Langhantelkniebeuge mithilfe eines evidenzbasierten Durchführungsmanuals*

### Forum 12 – Zyklusgesundheit und Sport

(PD Dr. med. Maren Goeckenjan | Hörsaal Nord)

*Berücksichtigung des Menstruationszyklus bei Sportlerinnen kann sowohl Gesundheit als auch Performance von Freizeit- und Leistungssportlerinnen verbessern.*

### Forum 13 – NADA-Kurzworkshop: Risiken und Nutzen von Nahrungsergänzungsmitteln/NEM (NADA | SR 14)

15.00 - 15.30 Wechselepause

15.30 - 16.30 Uhr | Sporthallen, HS/SR, Labore

### Praxisforum Teil 2 (Wiederholung der Foren 1 - 13, (Bitte wählen Sie ein zweites Praxisforum aus!))

ab 17.00 Uhr | Pausenhalle Süd

### Abschluss | Feedbackbefragung | Informationen

# Seminar Sportmedizin und Präventionssymposium der VBG

Eine Fortbildungsveranstaltung des Sächsischen Sportärztesbundes e.V. in Kooperation mit der VBG, der Sportwissenschaftlichen Fakultät der Universität Leipzig und dem Landessportbund Sachsen e.V.



Hier ist Sport zu Hause.®

Freitag, 13.11.2026 und Samstag, 14.11.2026 | Campus Jahnallee | Leipzig

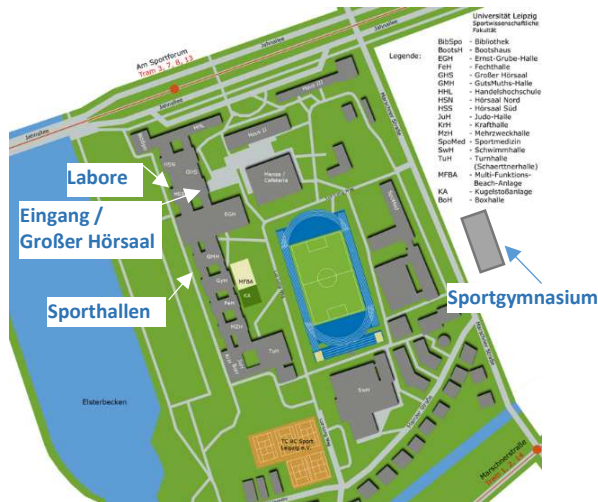
## Organisatorische Hinweise:

### Veranstaltungsort:

Campus Jahnallee der Universität Leipzig  
Jahnallee 59  
04109 Leipzig

### Parkmöglichkeiten:

Parkplätze (tlw. kostenpflichtig) im Umfeld des Campus Jahnallee sind vorhanden. Evtl. Veranstaltungen in der Quarterback-Arena bzw. im Fußballstadion sind zu berücksichtigen.



<https://www.spowi.uni-leipzig.de/campus-und-zentrale-einrichtungen/sportstaetten-und-raeume>

### Zielgruppe:

Sportmediziner\*innen und M-Ärzt\*innen, Physiotherapeut\*innen, Studierende sowie interessierte Übungsleiter\*innen, Trainer\*innen, Betreuer\*innen und Sportlehrer\*innen im Nachwuchsleistungssport

### Anmeldung:

Die Anmeldung zum Seminar Sportmedizin erfolgt direkt unter dem Link: <https://bildungsportal.sport-fuer-sachsen.de/detail-6762> oder unter beigefügtem QR-Code.

### Anmeldeschluss:

Sonntag, 01.11.2026

### Zertifikate:

Die Teilnahme am Seminar Sportmedizin und Präventionssymposium der VBG wird am Freitag mit **3 LE** und am Samstag mit **5 LE zur Trainerfortbildung** zertifiziert. Für Mediziner\*innen sind **Fortbildungspunkte** bei der Sächsischen Landesärztekammer beantragt. Die Anerkennung der **M-Ärzte-Re-Zertifizierung** am Freitag, 13.11.2026 erfolgt durch die VBG.

### Kontakt | Information | Rückfragen:

Dr. Cathleen Saborowski-Baumgarten  
[saborowski@sport-fuer-sachsen.de](mailto:saborowski@sport-fuer-sachsen.de)

**SEMINAR  
SPORTMEDIZIN  
UND  
PRÄVENTIONS-  
SYMPOSIUM  
DER VBG**

Eine Fortbildungsveranstaltung des Sächsischen Sportärztesbundes e.V. in Kooperation mit der VBG, der Sportwissenschaftlichen Fakultät der Universität Leipzig und dem Landessportbund Sachsen e.V.

**13./14. November 2026**  
Universität Leipzig · Campus Jahnallee  
Großer Hörsaal · Hörsaal Nord · Pausenhalle Süd/Nord · Sporthallen  
Jahnallee 59, 04109 Leipzig

Anmeldung bis 1. November 2026

Information und Anmeldung unter [bildungsportal.sport-fuer-sachsen.de](https://bildungsportal.sport-fuer-sachsen.de)  
Suchbegriff: »Seminar Sportmedizin«

Anmeldung hier:

