

# Präventionssymposium Fußball

Samstag, 5. April 2025

Volksparkstadion | Uwe-Seeler-Allee 9 | 22525 Hamburg

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

Zahlreiche Studien zeigen, dass durch gezielte Präventionsmaßnahmen die Anzahl und Schwere der Verletzungen im Fußball deutlich reduziert werden können. Prävention ist dabei jedoch nicht nur eine zentrale Investition in die Gesundheit, sondern insbesondere auch ein Faktor zur Steigerung der Leistungsfähigkeit der Spielerinnen und Spieler und somit ein weiterer Schlüssel zum sportlichen Erfolg.

Dieses interdisziplinäre Symposium dient dem Fach- und Erfahrungsaustausch von Trainerinnen und Trainern sowie Expertinnen und Experten aus den Bereichen Sportmedizin, Physiotherapie und Athletiktraining. Es soll den Teilnehmenden vielfältige und praktikable Wege aufzeigen, die zur Verletzungsprävention und zur gestärkten Rückkehr nach Verletzungen beitragen und das Leistungsniveau der Spielerinnen und Spieler nachhaltig verbessern.

Für Ihre Anmeldung nutzen Sie bitte unser [Online-Anmeldeformular](#).



# Präventionssymposium Fußball

Samstag, 5. April 2025

Volksparkstadion | Uwe-Seeler-Allee 9 | 22525 Hamburg

## Programmübersicht Vormittag\*

### Moderation:

**Dr. Helge Riepenhof** (Chefarzt Zentrum für Prävention, Sport- und Rehabilitationsmedizin, BG Klinikum Hamburg, Red Bull APC Global Medical Director) und **Hendrik Bloch** (Sportreferent, VBG)

Uhrzeit	Inhalt	Referent/in
09:00–09:15	<i>Eröffnung &amp; Begrüßung</i>	<b>Dr. Helge Riepenhof</b> , BG Klinikum Hamburg, Red Bull APC <b>Hendrik Bloch</b> , VBG
09:15–09:45	Muskelverletzungen im Profifußball	<b>Dr. Christian Klein</b> , Wissenschaftskoordinator Sport, VBG
09:45–10:15	Epidemiologie und Verletzungsmechanismen im Frauenfußball – wo stehen wir 2025?	<b>Lisa Dengler</b> , Universität Würzburg
10:15–10:45	Ankle Sprain – was kann aus einer vermeintlichen Bagatelle entstehen?	<b>Volker Carrero</b> , Mannschaftsarzt, FC St. Pauli
10:45–11:00	<i>Kaffeepause</i>	
<b>Workshop I</b>		
11:00–12:00	Blood-Flow-Restriction-Training <i>oder</i> Handheld-Ultraschallgeräte – Bestandteil der Physiotherapie von morgen <i>oder</i> Innovative Technologie im Sport: EMG neu gedacht – schnell, einfach, effektiv	<b>Dr. Christian Raeder, Janina-Sophie Tennler</b> , Sportwissenschaftler, Athletikum Rhein Ruhr, BG Klinikum Duisburg <b>Jan-Niklas Droste</b> , Director Health & Human Performance, Red Bull – BORA – hansgrohe <b>Simon Roth</b> , Physiotherapeut, Privatpraxis Roth & Geschäftsführer MYOact GmbH
12:00–13:00	<i>Mittagspause</i>	



# Präventionssymposium Fußball

Samstag, 5. April 2025

Volksparkstadion | Uwe-Seeler-Allee 9 | 22525 Hamburg

## Programmübersicht Nachmittag\*

### Moderation:

**Dr. Helge Riepenhof** (Chefarzt Zentrum für Prävention, Sport- und Rehabilitationsmedizin, BG Klinikum Hamburg, Red Bull APC Global Medical Director) und **Hendrik Bloch** (Sportreferent, VBG)

Uhrzeit	Inhalt	Referent/in
13:00–13:30	Schlaf als Erfolgsfaktor im Fußball: Prävention und Leistungssteigerung	<b>Theresa Schnorbach</b> , Psychologin & Schlafwissenschaftlerin, Senior Team Lead bei Emma – The Sleep Company
13:30–14:00	Ein Team, eine Sprache – Kommunikationsstrategien zwischen medizinischem Team und Trainerteam im Fußball	<b>Chiara Behrens de Luna</b> , M.Sc. Sportpsychologin, Hamburger SV & DFB U-17-Juniorinnen
14:00–14:30	Periodisierung im Athletiktraining	<b>Björn Muser</b> , Athletiktrainer, 1. FSV Mainz 05 U-23
14:30–15:00	Speed steigern – Verletzungen minimieren – Reha beschleunigen!	<b>Raphael Schuler</b> , Speed Coach & Consultant, Gründer KEYtoSPEED.com
15:00–15:30	<i>Kaffeepause</i>	
<b>Workshop II</b>		
15:30–16:30	Blood-Flow-Restriction-Training  <i>oder</i>  Handheld-Ultraschallgeräte – Bestandteil der Physiotherapie von morgen  <i>oder</i>  Innovative Technologie im Sport: EMG neu gedacht – schnell, einfach, effektiv	<b>Dr. Christian Raeder, Janina-Sophie Tennler</b> , Sportwissenschaftler, Athletikum Rhein Ruhr, BG Klinikum Duisburg  <b>Jan-Niklas Droste</b> , Director Health & Human Performance, Red Bull – BORA – hansgrohe  <b>Simon Roth</b> , Physiotherapeut, Privatpraxis Roth & Geschäftsführer MYOact GmbH
ab 16:30	<i>Ende der Veranstaltung &amp; Come together</i>	

### Anfahrtsbeschreibung VIP OST

Der „Parkplatz Weiß“ steht kostenfrei zur Verfügung. Die Zufahrt zum „Parkplatz Weiß“ erfolgt über die Straße „Schnackenburgallee“. Nach dem Parken gehen Sie bitte zum Treppenaufgang. Durch den Eingang VIP OST erreichen Sie die Veranstaltung.

### Ihre Ansprechpersonen bei der VBG

Frau Nina Haußmann (nina.haussmann@vbg.de) und Herr Hendrik Bloch (hendrik.bloch@vbg.de)



Adresse: Volksparkstadion | Uwe-Seeler-Allee 9 | 22525 Hamburg | Eingang VIP OST | Pkw-Parkplätze auf Parkplatz Weiß

\* kurzfristige Änderungen vorbehalten!