

## Veranstaltungsort

Spital Davos

## Anmeldung und weitere Informationen

sportmedizin@spitaldavos.ch

## Teilnahmegebühr

CHF 400.00 inklusive Guiding, Verpflegung im Spital.

## Credits

SGSM beantragt. Patronat GOTS.

## Anmeldeschluss

15. August, Teilnehmerzahl beschränkt.  
Die Anmeldung ist nach Eingang der Kursgebühren gültig.

## Übernachtung

Sache der Teilnehmer, wir sind gerne behilflich.  
z.B. Hotel Strela \*\*\* Zimmer mit Frühstück CHF 80-100 p.P. und Nacht. Bergbahnen inklusive.  
Tel: +41 81 417 67 77  
[www.mountainhotels.ch](http://www.mountainhotels.ch)

## Material

Unter <http://bahnentour.ch/index.php/ausruestung> finden Sie Tipps bezüglich Ausrüstung.

## Leihmaterial

[www.metzdavos.ch](http://www.metzdavos.ch)  
[www.ivs-davos.ch](http://www.ivs-davos.ch)

## Alternative bei schlechter Witterung

Klettern, Tennis, Badminton, Squash,  
Bogenschiessen, Hallensportarten

Sportmedizinisches Symposium Davos

# Mountainbiking

Entwicklung und Trends, Sportmedizin  
und Traumatologie

Freitag, 24. bis Sonntag 26. September 2010,  
Davos



Davos Sportmedizin  
Spital Davos  
Promenade 4  
CH-7270 Davos Platz

T 081 414 81 58  
F 081 414 81 60

[sportmedizin@spitaldavos.ch](mailto:sportmedizin@spitaldavos.ch)  
[www.davos-sportmedizin.ch](http://www.davos-sportmedizin.ch)

## Sponsoren



Liebe Kolleginnen und Kollegen

Wir möchten Sie ganz herzlich zum sportmedizinischen Symposium Davos einladen.

Mountainbiking ist ein weiterhin wachsender und faszinierender Sport. Durch neue Trends und Entwicklungen kommen auch neue Probleme auf uns zu.

Auf der einen Seite steht die Entwicklung neuer Subdisziplinen (Freeride, Slopestyle, Dirt), die durch hohe Risikobereitschaft und Geschwindigkeiten bei immer besserem Material zu gravierenderen Unfällen führen. Auf der anderen Seite geht der Sport immer mehr in die Masse. Bergbahnen erleichtern den Zugang zu schwierigen Trails, der Allgemeinheit zugängliche Downhillstrecken werden vermehrt gebaut, Elektromountainbikes entfalten ungeahnte Kräfte und Mountainbiker werden älter.

In diesem Seminar werden wir uns mit den aktuellen Trends und den daraus folgenden Auswirkungen auseinandersetzen.

Wir freuen uns auf sportliche und lehrreiche Tage.

Dr. med. Richard Glaab  
Dr. med. Walter Kistler  
Dr. med. Paavo Rillmann

## Programm

### Freitag 24.09.2010

09.30	Einschreibung
10.00	Begrüssung
10.10	<b>Entwicklung und Trends im Mountainbikesport</b> Thomas Giger, Herausgeber Mountainbikemagazin „Ride“
10.50	<b>Leistungsdiagnostik im Mountainbikesport</b> Dr. med. German Clénin, Verbandsarzt Swiss Cycling
11.30	<b>Überlastungsschäden im Mountainbikesport</b> Dr. med. Andreas Gösele, Ärztlicher Direktor crossklinik, Basel
12.15	<b>Mittagessen</b> im Spital Davos
13.30-17.00	<b>Fahrtechniktraining Mountainbike, kurze Tour</b>
17.30	<b>Rumpfkraft und Rückenschmerzen im Radsport</b> Dr. med. German Clénin, Verbandsarzt, Swiss Cycling
18.00	<b>Workshop: Bikefitting</b>
19.30	<b>Abendessen</b>

### Samstag 25.09.2010

9.00	<b>Akute Verletzungen im Mountainbikesport</b> Dr. med. German Clénin, Verbandsarzt Swiss Cycling
------	--

09.45

### **MRI Diagnostik von Sportverletzungen, Schwerpunkt Schultergürtel**

Dr. med. Jakob Bräm, Radiologie Südost

10.15

Kaffeepause

10.30

### **Workshop: Diagnostik und Therapie akuter Verletzungen des Schultergürtels: Untersuchung der Schulter, aktuelle minimalinvasive Verfahren, Arthroskopie am Schultermodell, Sonografie der Schulter**

Dr. med. Richard Glaab, Dr. med. Paavo Rillmann, Dr. med. Kathrin Schumann, Spital Davos, Dr. med. Andreas Gösele, Ärztlicher Direktor crossklinik, Basel

12.00-17.00

### **Geführte Tour (nach Leistungsstand) mit Mittagessen**

17.20

### **Mountainbikesport im Alter**

Dr. med. Walter Kistler, Chefarzt Innere Medizin und Leiter Swiss Olympic Medical Base, Spital Davos

17.50

### **Haut und Weichteilverletzungen im Radsport**

Dr. med. Andreas Gösele, Ärztlicher Direktor crossklinik, Basel

18.15

### **Biologica: Wirkungsweise und Evidenz**

19.30

### **Abendessen**

### Sonntag 26.09.2010

geführte Mountainbike- oder Rennradtour