



## Hotel „Bergkristall Wildalpen“, Stmk. 10. – 12. Juni 2016

**Veranstalter:** Sportärztereferat der ÄK für Wien, unter der Patronanz der Österr. Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention

**Wissenschaftliche Leitung:** Dr. Ulrike Preiml, Dr. Engelbert Wallenböck

**Approbationen für ÖÄK Diplom Sportmedizin und DFP sind eingereicht**

### FREITAG, 10. 6. 2016

- |                |  |        |
|----------------|--|--------|
| 16 Uhr         | Begrüßung der Teilnehmer und Organisatorisches   |        |
| 16:15 Uhr      | <b>Sportmedizinische Aspekte, Gefahren, Belastung und Beanspruchung im Wildwassersport – Kajak, Kanadier</b>                         | Preiml |
| 17:15 – 17:45  | Pause  |        |
| 17:45 – 18:30  | <b>Geschichte und Technik der Eskimo-Rolle</b><br>(Von den Jagdgewohnheiten der Grönländer zum Kajaksport)                           | Preiml |
| 18:30 – 19 Uhr | <b>Wildwasser – Rodeo, Kajak-Freestyle</b><br>Trainingsmethoden, muskuläre und koordinative Belastungen                              | Bloder |
| 19:30          | <b>Get-Together - Grillabend</b> auf der Terrasse Hotel Bergkristall, anschl. Flutlicht Demo Kajak Freestyle und Lagerfeuer am Fluss |        |

**SAMSTAG, 22.6.2013**

**Theorie und Praxisseminare (Seminarraum Hotel Bergkristall Wildalpen)**

9.00 Uhr **Injektion und Infiltration in der (sport)medizinischen Praxis**

**Teil 1: Theorie und Praxis: Obere Extremität und HWS**

Rustler

10:30 – 11 Uhr Pause

11 – 12:30 Uhr **Teil 2: Theorie und Praxis: Untere Extremität und LWS**

Rustler

12:30 Mittagspause

**NACHMITTAG: Parallelprogramme:**

**14:00 – 18:00Uhr A) PRAXISSEMINARE mit Übungen**

14:00 – 16:00 Uhr **1) Notfall – Management des Ertrinkungsunfalles**  
Bergen aus der Strömung – Lagerung – Erstversorgung – Basic  
und Advanced Lifesupport nach aktuellen ERC Guidelines

Niederdöckel

16:00 – 16:30 Uhr: Pause

16:30 – 18:00 Uhr **2) Funktionelle Therapie von Sportverletzungen mit  
Bandagen und Orthesen**

Wallenböck / Erker

**14:00 – 18:00 Uhr B) ÄRZTESPORT Sportpraxis im Wildwasser**  
(anrechenbar für ÖAK Diplom Sportmedizin)

**Paddeltechnik, Kehrwasserfahren, Befahren von Wellen und  
Walzen mit Raft**

Staatlich geprüfte Raftguides

Wildwasser-Ausrüstung wird bereitgestellt  
außer Schwimmen sonst keine Vorkenntnisse erforderlich  
Badekleidung bitte mitbringen

19 Uhr Abendessen

**SONNTAG, 12.6.2016**

**Theorie: Aus der Praxis für die Praxis**

- 9:00 Uhr **Eingeschränkte Leistungsfähigkeit** – Woran muss man denken?  
Ökonomische diagnostische Schritte und Training  
Vonbank
- 9:45 **HNO und Wasser-Sport** Schröckenfuchs
- 10:30 – 11:00 Pause
- 11.00 Uhr **Lactatleistungsdiagnostik – Praktische Beispiele aus verschiedenen Sportarten** Stibor
- 11:45 Uhr **Tauchunfälle – was muss der Sportarzt wissen?** Preiml
- 12:45 Uhr Abschlussdiskussion und feedback
- 13:15 Uhr Ende der Veranstaltung

Nachmittags Raftingtour, Schlauchkanadier oder Kajak auf eigene Kosten möglich

**Aktivitäten für Begleitpersonen und Kinder:**

**GRUNKURS oder FORTGESCHRITTENEN Kurs** (Kajak oder Schlauchkanadier):

**Sa und So (telefonische Anmeldung im Wildwasserzentrum: Tel.: 0664/852 17 22 unbedingt erforderlich!)**

**2 Tageskurs inkl. komplette Wildwasserausrüstung und Boote € 130.-**

Treffpunkt Wildwasserzentrum: Badekleidung mitbringen

**Wanderung** durch die Wasserlochklamm mit Wasserfällen bis zur unterirdischen Karstquelle )

**Waldbad und Waldsauna Hinterwildalpen, Wasserleitungsmuseum, Reiten, Mountainbiken uvam.**

**REFERENTEN:** (alphabetisch)

- Marcel BLODER** vielfacher Österr. Staatsmeister im Kajak Freestyle
- Norbert ERKER** OFA Austria
- Dr. Jan NIEDERDÖCKL** Univ. Klinik f. Notfallmedizin Wien, Österr. Wasserrettung
- Dr. Ulrike PREIML,** Sportärztin, Taucherärztin, Präsidentin der Österr. Gesellschaft für Unterwasser – und Hyperbarmedizin ÖGUHM, NF Österreich – Sektion Paddeln

**Dr. Thomas RUSTLER,** FA für Orthopädie, Sportarzt, OA an der Abt. für orthopädische Schmerztherapie, Orthopädisches Spital Speising, Diplom für Osteopathie

**Dr. Michael SCHRÖCKENFUCHS** FA für HNO, Brunn / Geb.

**Dr. Markus STIBOR** FA f. Innere Medizin, Sportarzt, St. Radegund

**Dr. Karin VONBANK** FÄ f. Innere Medizin und Pulmologie, ehem. Leiterin der internistischen Sportambulanz im AKH Wien, Medclinic

**Dr. Engelbert WALLENBÖCK:** Prim. i.R., FA f Unfallchirurgie, Sportärztereferent d ÄK f Stmk.

## **ANMELDUNG:**

Online-Anmeldung und Programmdownload unter:

[www.sportmed-preiml.com](http://www.sportmed-preiml.com) Menüpunkt „Seminare“

[info@sportmed-preiml.com](mailto:info@sportmed-preiml.com) , Fax: 01 440 34 71

Post: Dr. Ulrike Preiml, 1190 Wien, Krottenbachstr. 267

### **SEMINARKOSTEN inklusive Praxisseminare oder Ärztesport:**

**für Ärzte: € 280 .-** (inkl. 20% Mwst) **bei Buchung bis 14.5.2016**

**€ 350 .-** (inkl. 20% Mwst) **bei Buchung ab dem 15.5.2016**

Überweisung der Seminarkosten auf IBAN AT02 3200 0000 0490 3688, lautend auf Dr. Ulrike Preiml, Kennwort: „ÄRZTETAGE WILDALPEN 2016“ erbeten!

## **UNTERBRINGUNG: Bitte selbst buchen!**

**1) Seminarhotel: \*\*\*\* Hotel Bergkristall Wildalpen, 8924 Wildalpen**

[info@hotelbergkristall-wildalpen.at](mailto:info@hotelbergkristall-wildalpen.at)

[www.hotelbergkristall-wildalpen.at](http://www.hotelbergkristall-wildalpen.at)

EZ € 64, DZ: € 49.-/Person inkl. Frühstücksbuffet

**Reservierung: Tel 036 36 / 444 Fax 036 36 / 444 444**

**Buchung unter Kennwort „Sportärztetage“ bis 15.5.2016 erforderlich, dann nur mehr nach Maßgabe von freien Plätzen Buchung möglich**

**2) Appartements im Wildwasserzentrum:**

Moderne 6er App. mit Küche /Dusche/WC: **für je 6 Personen oder Jungfamilien**

Nächtigung € 95 (NF Mitglieder)/ € 132 (Nicht-Mitglieder) pro Appartement  
Buchung: Tel• 0664/852 17 22 • [wildwasserzentrum@naturfreunde.at](mailto:wildwasserzentrum@naturfreunde.at) unter  
Kennwort „Sportärztetage“

3) Campingplatz Wildwasserzentrum der Naturfreunde ganz in der  
Nähe des Seminarhotels, sehr schön am Fluss gelegen Tel.: 0664/852 17 22  
Fotos und Preise [www.wildwasser.naturfreunde.at](http://www.wildwasser.naturfreunde.at)

4) Privatzimmer mit NF: Tourismusverband Wildalpen:  
[www.wildalpen.at](http://www.wildalpen.at)

---

- Bitte vor dem Versenden hier abtrennen -

## **ANMELDUNG**

**per mail an [info@sportmed-preiml.com](mailto:info@sportmed-preiml.com)  
oder faxen an + 43 1 440 34 71**

**Ich melde mich verbindlich für die „Ärztetage Wildalpen“  
von 10. - 12.6.2016 an**

Name:.....

Fachrichtung: .....

Adresse:.....

PLZ, Ort: .....

e-mail:.....

mobil Nr:.....

**Ich möchte am Samstag, 11.6.2016 teilnehmen an: Bitte ankreuzen!**

- Praxis – Seminar:**     1) Notfall – Management des  
  Ertrinkungsunfalles  
  2) Funktionelle Therapie mit Bandagen  
  und Orthesen
  
- Ärzt sport „ Rafting“: (Anmeldung bis 24.5. wegen Raft-  
Reservierung unbedingt erforderlich!)**

Datum.....

Unterschrift: