

Angewandte Sportmedizin 2019 auf Mallorca

Zum zweiten Mal traf sich eine Gruppe sportbegeisterter Ärzte zur Fortbildungswoche im Robinson Club Cala Serena auf Mallorca. Die Veranstaltung stand unter dem Patronat der GOTS.

Egal wie lange am Abend zuvor diskutiert worden war, jeden Morgen um 6:30 Uhr stand Frühsport (Laufen, Schwimmen oder Fitnessboxen) auf dem Plan, sodass das Frühstück im Anschluss wohlverdient war.

Nach dem ersten Vortragsblock, der Key-Note Lecture des Tages, ging es dann in die Workshops. Hier wurde ein vielfältiges Programm mit orthopädischen Untersuchungskursen, Medical Checks, Arthroskopiesimulationen, Einlagenversorgung und mehr geboten, bevor es dann in die Sportpraxis ging.

Im Anschluss trafen sich die Teilnehmer zum Radfahren quer über die Insel, Golfen, Tennis oder zum gezielten Schwimmtraining. Wem das nicht genügte, der konnte erneut Laufen gehen oder sich im clubbeigenen Fitnessbereich auspowern (Abb. 1). Ein paar der Teilnehmer nutzten auch die Gelegenheit, auf der Anlage ihren Tauchschein zu erwerben.

Nach dem Motto „gesunder Geist im gesunden Körper“ trafen sich die Teilnehmer dann am Nachmittag zum zweiten Vortragsblock des Tages. Der Schwerpunkt der Fortbildungswoche lag in diesem Jahr im Bereich der Kinder- und Jugendsportmedizin, sodass hier besonders auf die Unterschiede zur Erwachsenenmedizin eingegangen wurde. Medizinische Eingangsuntersuchung im Jugendbereich, Besonderheiten des Trainings bei verschiedenen

Sportarten im Jugendbereich, Sport bei Skoliose, Sport bei ADHS, alternative Methoden in der Sportmedizin, Umgang mit der Verletzungssituation oder Hüft- und Sprunggelenksverletzungen im Tennis und Golfsport waren nur einige der behandelten Themen, die von durchweg hoch engagierten und im Sport sehr erfahrenen Referenten vorgelesen wurden.

Bereits jetzt steht fest, dass auch 2020 Anfang Mai eine Woche angewandte Sportmedizin auf Mallorca stattfinden wird, Thema soll dann der Vergleich Hochleistungssport zu Breitensport sein.

Christoph Lukas, Bietigheim-Bissingen

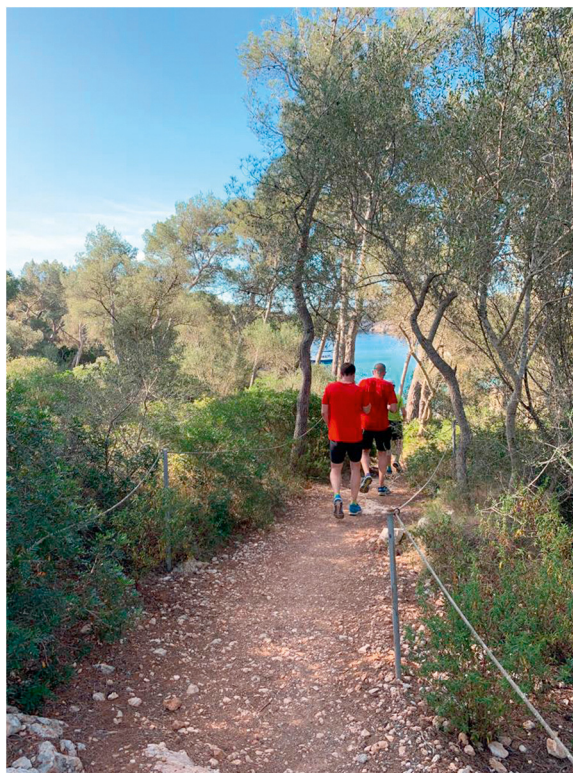


Abb. 1
Viele Sportmöglichkeiten bei gutem Wetter in beeindruckender Umgebung, was will man mehr.