

# Fitness / Kraftsport

## Push the Body to the Limit?



**Do, 31. Januar 2019**

**13:30 - 18:00**

---

Kleiner Hörsaal  
Zentrum für Lehre und Forschung  
Universitätsspital Basel

**Kongressorganisation:**

Dr. med. Lukas Weiskopf

Dr. med. Christian Egloff

PD Dr. med. Carlo Camathias

Dr. med. Pascal Molteni

Gesellschaft für  
Orthopädisch-Traumatologische  
Sportmedizin (GOTS) Schweiz



## Begrüssung

Geehrte Kolleginnen und Kollegen,

Seit über 20 Jahren dürfen wir Sie zum GOTS Wintermeeting im Zentrum für Lehre und Forschung (ZLF) der Universität Basel willkommen heissen!

Es gibt kaum eine Sportart, in der Krafttraining nicht zum üblichen Repertoire gehört. Dennoch nimmt die Verletzungsgefahr bei unsachgemässer Ausübung zu und es gibt bisweilen Vorbehalte. Mit dem Thema „*push the body to the limits*“ möchten wir dieses Jahr die Trendsportarten Fitness, Crossfit und Kraftsport behandeln.

Wir freuen uns auf eine interaktive Diskussion mit ausgewiesenen Experten der Sportmedizin, Trainingswissenschaften und Ernährungsberatung zur Frage wieviel Kraftsport und Fitness sinnvoll sind und wann es gefährlich wird.

Wir freuen uns auf den interdisziplinären Austausch und interessante Diskussionen und freuen uns sie in Basel begrüßen zu dürfen!

Mit sportlichen Grüßen

Organisationskomitee  
GOTS Wintermeeting 2019

Anmeldung unter  
**gots.ch**

## Programm

13:00

### **Begrüssung**

Christian Egloff und Lukas Weisskopf

13:15

### **Krafttraining**

#### **– Fakten statt Behauptungen**

Marco Toigo

13:45

### **Behind the Scenes:**

#### **Kraftsport auf Wettkampfniveau aus Sicht des Verbandsarztes**

Mathias Ritsch

14:15

### **Doping im Amateursport / Bodybuilding – wie sollen wir damit umgehen?**

Roman Gähwiler

14:45

### **Die Geschichte der Fitnessindustrie und ihre Auswirkung auf die Gesundheit**

Werner Kieser

15:15

### **Pause**

#### **CREDITS:**

• Physioswiss

5 Punkte

• SGSM

4 Punkte

• Swissorthopaedics

5 Punkte

15:45

**Muskelverletzungen der oberen Extremität beim Kraftsportler - a huge challenge!**

Mathias Ritsch

16:15

**Physiotherapeutische Herausforderung rund ums Fitness / Crossfittraining**

Séverine Albini

16:45

**Ist Krafttraining in der Jugend schädlich oder sinnvoll?**

Olaf Prieske

17:15

**ROUND TABLE / DISKUSSION:**

**Crossfit auf Weltniveau... Was braucht es dazu? Wo liegen die Gefahren?**

Till Vogt und Sascha Albini

18:00

**Apéro**

**KOSTEN:**

- GOTS-Mitglieder, Assistenzärzte, Physiotherapeuten 30 SFr.
- Nicht GOTS-Mitglieder 50 SFr.
- Studenten Gratis

## Referenten

### **Dr. sc. nat. ETH Marco Toigo**

Leiter Forschung & Athletik, Kompetenzzentrum  
für Spitzenathletik OYM, Cham

### **Mathias Ritsch**

Facharzt für Orthopädie, Verbandsarzt DBFV, BVDK  
und GFSÄ, Sportortho Rosenheim, Schön-Klinik  
Vogtareuth

### **Dr. phil. Dipl.-Sportwiss. Olaf Prieske**

Professur für Trainings- und  
Bewegungswissenschaft, Universität Potsdam

### **Werner Kieser**

Fitness Pionier, Gründer Kieser Training

### **Séverine Albini**

Dipl. Sportphysiotherapeutin, Personaltrainerin

### **Dr. med. Roman Gähwiler**

ALTIUS Swiss Sportmed Center, Rheinfelden

### **Till Vogt**

Dipl. Trainer Spitzensport Swiss Olympic

### **Sascha Albini**

Spitzensportler Crossfit

## Sponsoren



**NEUTROMEDICS**



**NOVOMEDICS**  
MODERNE MEDIZINTECHNIK



**cosanum**  
Der Gesundheitslogistiker.

**DROSSA PHARM**

 **TRB CHEMEDICA**

 **BAUERFEIND**

**Geistlich**  
Pharma

Wir danken der Industrie für Ihre Unterstützung.  
Die GOTS Schweiz wird unterstützt vom Verein zur Förderung der  
Sportorthopädie Schweiz.