



## Fortbildung

### Prävention beim Handballsport

Diese Veranstaltung wird mit 8 Unterrichtseinheiten anerkannt

**Datum :** Samstag, **30.09.2023**

**Ort :** Balance Sport- und Gesundheitszentrum, Hotel Herzogspark,  
Herzogenaurach  
Sporthalle : Halle Grund- und Hauptschule Herzogenaurach,  
Burgstaller Weg 16 (Praxisteil )

#### Balance Sport- und Gesundheitszentrum

- 09.00 – 09.30 Einführung ( M. Kuhr / K. Bittner )  
09.30 – 10.15 – Rumpfstabilisation und Prävention mit RIP-Training  
10.15 – 11.15 Schulterprävention beim Handball : Anatomische Grundlagen,  
Studienlage und Verletzungsmuster ( M.Kuhr )  
11.15 – 11.30 Pause  
11.30 - 13.00 Präventions-ABC: Reduktion von schweren Kniegelenksverletzungen  
( L. Achenbach )

#### Sporthalle ( Grund- und Hauptschule, Herzogenaurach ) , Burgstaller Weg 16, Herzogenaurach

- 14.00 - 15.00 Rumpfstabilisation mit RIP - Training – Trainingseinheit ( K. Bittner )  
15.00 – 16.00 Prävention und Return to play von Schulterverletzungen im Training  
( M. Kuhr )  
16.00 – 16.15 Pause  
16.15 - 18.00 Praxisdemo : Spezifische Verletzungsprävention beim Handball  
(I. Goemmel )

#### Referenten :

Dr. Leonard Achenbach  
Unfallchirurg  
Teamarzt Bayern München ( Fussball – Frauen )  
Universitätsklinik Würzburg

Kay Bittner  
Diplom-Sportwissenschaftler,  
Inhaber Balance Sport- und Gesundheitszentrum

Ingo Gömmel  
BHV-Trainer,  
DHB-A-Lizenz

Dr. Matthias Kuhr  
Orthopäde und Unfallchirurg,  
Verbandsarzt Bayerischer Handball-Verband