

Begrenzte Teilnehmerzahl! | Anmeldung erforderlich!

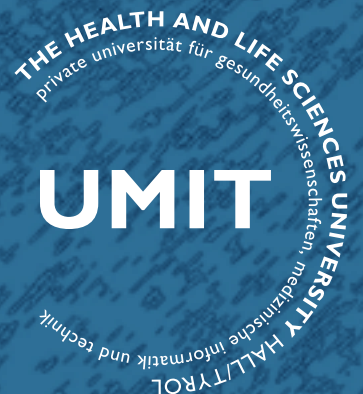
# 1. FACHTAG SPORTERNÄHRUNG

Freitag, 19. September 2014, 8.30 – 17.30 Uhr

Schloß Schönbrunn Tagungszentrum, Wien

[www.fachtag-sporternahrung.at](http://www.fachtag-sporternahrung.at)

Leistungssteigerung durch  
richtige Ernährung?



## Sehr geehrte Kolleginnen und Kollegen!

### „Leistungssteigerung durch richtige Ernährung?“

Zur Beantwortung dieser Frage laden wir Sie sehr herzlich zum **1. Fachtag Sporternährung**, der am 19. September 2014 im Schloß Schönbrunn Tagungszentrum Wien stattfindet, ein. Seitdem Menschen Sport treiben, versuchen sie neben geeigneten Trainingsmethoden ihre Leistungsfähigkeit durch spezielle Ernährungsmaßnahmen zu verbessern. Auf keinem Teilgebiet der Ernährungsgestaltung spielen allerdings Mythen und Aberglaube eine so große Rolle wie im Bereich der Sporternährung. Dabei sind die wissenschaftlich begründeten Ernährungsempfehlungen für Leistungssportler keinesfalls spektakulär. Vielmehr geht es darum, gesichertes Ernährungswissen im Trainingsalltag umzusetzen und bestimmte Spielregeln für Essen und Trinken in der Wettkampfsituation den jeweiligen spezifischen Anforderungen entsprechend anzuwenden. Entsprechend besteht auch das wesentliche Ziel dieser Tagung darin, eine Brücke zwischen Wissenschaft und angewandter Sporternährung zu schlagen.

Der 1. Fachtag Sporternährung setzt sich mit aktuellen Aspekten zum Thema Sporternährung sowie mit internationalen Trends und Entwicklungen auseinander. Namhafte ReferentInnen aus dem deutschsprachigen Raum präsentieren neue Erkenntnisse der Ernährung zum Leistungsaufbau, Gewichtsmanagement und Strategien gegen belastungsbedingte Immunbeeinträchtigungen. Vor allem ÄrztInnen, PharmazeutInnen, Sport- und ErnährungswissenschaftlerInnen, SportlehrerInnen und TrainerInnen, DiätologInnen, und PhysiotherapeutInnen können damit ihr Know-How im Fachbereich Sporternährung erweitern.

Wir freuen uns auf eine interessante Fortbildungsveranstaltung mit interdisziplinärem Erfahrungsaustausch und anregenden Diskussionen!



ao. Univ.-Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Barbara Prüller-Strasser

UMIT – Institut für Ernährungswissenschaften und Physiologie



Dr.<sup>in</sup> Birgit Wild

### Wissenschaftliche Leitung



ab 08.30 Uhr	Registrierung
09.00 – 09.30 Uhr	Eröffnung, Begrüßung
<b>Themenblock 1:</b> <b>Genetik, Ernährung und Leistungsaufbau</b> Vorsitz: Univ.-Prof. Dr. Norbert Bachl, Ao. Univ.-Prof. <sup>in</sup> Dr. <sup>in</sup> Barbara Prüller-Strasser	
09.30 – 10.00 Uhr	<b>Genetik</b> Dipl.-Ing. <sup>in</sup> Dr. <sup>in</sup> Barbara Wessner
10.00 – 10.30 Uhr	<b>Protein</b> Dr. Dominik Pesta
10.30 – 11.00 Uhr	<b>Kohlenhydrate</b> Prof. Dr. Daniel König
11.00 – 11.30 Uhr	<b>Pause</b>
<b>Themenblock 2:</b> <b>Dehydration, Hydratation und Leistungsfähigkeit</b> Vorsitz: OÄ Dr. <sup>in</sup> Andrea Podolsky, Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Schobersberger	
11.30 – 12.15 Uhr	<b>Dehydration und Leistungsfähigkeit</b> Univ.-Prof. Dr. Dr. Martin Burtscher
12.15 – 13.00 Uhr	<b>Hydratation und Trinkempfehlungen für Sportler</b> MMag. <sup>a</sup> Judith Haudum
13.00 – 14.00 Uhr	<b>Mittagspause</b>
<b>Themenblock 3:</b> <b>Gewichtsmanagement im Sport</b> Vorsitz: Prof. Dr. Daniel König, Ao. Univ.-Prof. <sup>in</sup> Dr. <sup>in</sup> Barbara Prüller-Strasser	
14.00 – 14.45 Uhr	<b>Einfluss von Protein auf die Körperzusammensetzung</b> Mag. <sup>a</sup> Isabella Grabner-Wollek
14.45 – 15.30 Uhr	<b>Female Athlete Triad</b> OÄ Dr. <sup>in</sup> Andrea Podolsky
15.30 – 16.00 Uhr	<b>Pause</b>
<b>Themenblock 4:</b> <b>Ernährung und Immunsystem</b> Vorsitz: Univ.-Prof. Mag. Dr. Karl-Heinz Wagner, Dr. <sup>in</sup> Birgit Wild	
16.00 – 16.30 Uhr	<b>Energie und Immunsystem</b> Prof. Dr. Holger Gabriel
16.30 – 17.00 Uhr	<b>Antioxidantien im Sport: Sinn oder Unsinn?</b> Univ.-Prof. Mag. Dr. Karl-Heinz Wagner
17.00 – 17.30 Uhr	<b>Exercise and immune function: probiotic potential for athletes</b> Prof. Michael Gleeson
	Mit freundlicher Unterstützung von <b>Yakult</b>
ca. 17.30 Uhr	Ende der Veranstaltung

## Allgemeine Informationen

# 1. FACHTAG SPORTERNÄHRUNG

**UMIT**  
the health & life sciences university

### Veranstaltungstermin

19. September 2014, 8.30 – 17.30 Uhr

### Veranstaltungsort

Schloß Schönbrunn Tagungszentrum  
Apothekertrakt  
Zugang Grünbergstraße/Meidlinger Tor  
1130 Wien

### Wissenschaftliche Leitung

ao. Univ.-Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Barbara Prüller-Strasser  
UMIT – Institut für Ernährungswissenschaften und Physiologie  
Dr.<sup>in</sup> Birgit Wild  
UMIT – Institut für Ernährungswissenschaften und Physiologie

### Zielgruppen

- ÄrztInnen
- PharmazeutInnen
- Sport- und ErnährungswissenschaftlerInnen
- SportlehrerInnen
- TrainerInnen
- DiätologInnen
- PhysiotherapeutInnen

### Anrechenbarkeit

- ÄrztInnen
- DFP-approbierte Fortbildung  
(8 freie Fortbildungspunkte)
- Diplom Sportmedizin  
(6 Stunden Theorie)



### Kongressgebühr

Inkl. Kongressunterlagen & Pausenverpflegung,  
inkl. MwSt.  
EUR 180 / EUR 120 ermäßigt

Gegen Vorlage eines Nachweises erhalten in Ausbildung befindliche,  
studierende, karenzierte oder arbeitslose TeilnehmerInnen die ermäßigte  
Kongressgebühr.

### Veranstalter

UMIT Hall in Tirol  
Eduard Wallnöfer-Zentrum 1  
6060 Hall in Tirol

### Kongressbüro/Anmeldung

BE Perfect Eagle GmbH  
Bonygasse 42  
A-1120 Wien  
T +43 1 532 27 58  
F +43 1 533 25 87  
office@be-perfect-eagle.com  
www.be-perfect-eagle.com

### TeilnehmerInnen-Hotline

+43-800-201-208

### Partnerhotel für TeilnehmerInnen

Courtyard by Marriott Wien Schönbrunn  
Schönbrunner Schloßstraße 38-40  
A-1120 Wien  
T +43 1 810 1717  
reservations@courtyard-vienna.at  
www.courtyard-vienna.at

Bitte geben Sie bei der Buchung das  
Codewort „BE Perfect Eagle“ an.  
EUR 99,00 DZ (Alleinbelegung)\*  
EUR 115,00 DZ (Doppelbelegung)\*

\* Preis pro Zimmer/Nacht, inkl. Frühstücksbuffet, Service und Abgaben,  
je nach Verfügbarkeit, zahlbar bei Anreise, Stornierung bis 48 Stunden vor  
Anreise kostenfrei.

### Online-Anmeldung

[www.fachtag-sporternahrung.at](http://www.fachtag-sporternahrung.at)



ganzheits  
medizin  
wissenschaft  
forschung

