



**Fortbildungszentrum für medizinische Berufe
und Verein für Gesundheitsvorsorge**

A-9020 Klagenfurt am Wörthersee | Waaggasse 18
Tel.: +43 (0) 463 / 55 141 | Fax: +43 (0) 463 / 500 141
office@fbz-klagenfurt.at | www.fbz-klagenfurt.at

Klagenfurt, im August 2018

**Detailprogramm LG-Nr.: 19026
Ernährung Grundausbildung
11.06.2019 - 13.06.2019**

(Lehrgangsort: BSFZ Faaker See !)

Unterrichtszeiten:

Dienstag, 11.06.2019	09.00 - 18.30 Uhr
Mittwoch, 12.06.2019	09.00 - 18.30 Uhr
Donnerstag, 13.06.2019	09.00 - 15.00 Uhr

Rahmenbedingungen

Der *Basislehrgang Ernährungsphysiologie und Ernährung im Sport* erfolgt bisher innerhalb unserer Weiterbildungsmaßnahme zum Sportphysiotherapeuten. Dies wird sich vorläufig nicht ändern, weil wir diese Zusatzqualifikationen in erster Linie für unsere Absolventen in Sportphysiotherapie entwickelt haben. Aber auch viele andere KollegenInnen - nicht nur aus der Physiotherapie - sind an dieser Weiterbildungsmaßnahme und den damit verbundenen Möglichkeiten interessiert. Daher öffnen wir unseren „geschlossenen“ Lehrgang Sportphysiotherapie immer dann für Gäste, wenn das Thema *Basislehrgang Ernährungsphysiologie und Ernährung im Sport* auf dem Stundenplan steht. Ob wir in Zukunft diesen Lehrgang auch als Einzelveranstaltung anbieten werden, hängt letztlich von der Nachfrage ab. Im Augenblick erscheint es uns als einzig richtiger Weg, den Besuch dieser Grundlagenlehrgänge erst einmal an vielen Orten (Bochum, Frankfurt, München, Salzburg und Klagenfurt) und dadurch mit möglichst geringen Reisekosten für die KollegenInnen zu ermöglichen.

Lehrgangsinhalte:

Inhaltlich werden in erster Linie die physiologischen Hintergründe einer zweckmäßigen und der Gesundheit dienenden Ernährung (siehe unten) unter besonderer Berücksichtigung der Probleme, die im Sport im Vordergrund stehen und für den Sportphysiotherapeuten von Bedeutung sind, vermittelt. Allerdings ist der Unterschied vom (Hochleistungs-) Sportler zum Klienten oder der eigenen Person oft um ein Vielfaches kleiner, als vermutet und spekuliert wird.

- Die Bestandteile unserer Nahrung: Makro- und Mikronutrienten
- Das Verdauungssystem des Menschen
- Stoffwechsel der Makro- und Mikronutrienten
- Sinn und Unsinn von Nahrungssupplementen
- Ernährung, Sport und Gesundheit
- Nahrung und Wasserhaushalt unter körperlicher Belastung und im Sport
- Nahrung als Faktor der Gesundheit
- Ernährung im Kontext mit Zivilisationskrankheiten
- Die Ernährungsweise des Menschen im Verlauf der Evolution
- Einführung in das Darmimmunsystem

Referent: Mag. Tom FOX, Sportwissenschaftler, Heilpraktiker, spt-education - D

Unterrichtseinheiten: 30 UE

Zielgruppe: PTs, ETs, Ärzte, Logpäden, Hebammen, Psychotherapeuten, Masseure, DGKS, Osteopathen, Diverse

LG-Nr.: 19026

Änderungen vorbehalten !!!

