



5. Symposium für Sport- und Bewegungsmedizin Ernährung: Mythen und Fakten

Mittwoch, 13. November 2024
17:00–19:00 Uhr

LIEBE BEGEISTERTE DER SPORT- UND BEWEGUNGSMEDIZIN,

es ist uns eine große Freude, Sie herzlich zu unserem 5. Symposium des Zentrums für Sport- und Bewegungsmedizin einzuladen. Die diesjährige Veranstaltung steht ganz im Zeichen der Ernährung und ihrer Bedeutung für den Leistungs- und Breitensport. Wir möchten Ihnen einen Überblick über aktuelle Forschungsergebnisse und praxisrelevante Erkenntnisse bieten, die nicht nur für Spitzen- und Breitensportler von Interesse sind, sondern auch für alle, die sich mit dem Thema Ernährung im sportlichen Kontext auseinandersetzen.

In einer spannenden Mischung aus wissenschaftlichen Vorträgen und Erfahrungsberichten werden wir Themen wie die Evidenzlage zu Ernährungsstrategien, personalisierte Ernährungskonzepte und die Bedeutung von Nahrungsergänzungsmitteln erörtern. Darüber hinaus werfen wir einen Blick auf die speziellen Herausforderungen, die sich aus vegetarischer und veganer Ernährung im Sport ergeben.

Nach den Vorträgen laden wir Sie herzlich zu einem gemütlichen Get-together ein, bei dem Sie die Gelegenheit haben, sich mit den Referenten und anderen Teilnehmern auszutauschen und die Diskussionen des Tages in entspannter Atmosphäre fortzusetzen.

Wir freuen uns darauf, Sie am 13.11.2024 im Hörsaal des Haus C in der Liebigstraße begrüßen zu dürfen.

Mit herzlichen Grüßen

Prof. Dr. Pierre Hepp
Prof. Dr. Ingo Bechmann
Prof. Dr. Ulrich Laufs
PD Dr. Nikolaus von Dercks

PROGRAMM

- 17:00 Uhr Begrüßung
- 17:10 Uhr Olympia 2024: Trainings-, Ernährungs- und Verletzungsvermeidungskonzepte – ein Erfahrungsbericht
[Saskia Feige](#)
- 17:30 Uhr Personalisierte Ernährungskonzepte in der Sporternährung von Spitzensportlern
[Mario Ost](#)
- 17:50 Uhr Nahrungsergänzungsmittel für Spitzen- und Breitensportlern – wieviel braucht es wirklich?
[Juliane Heydenreich](#)
- 18:10 Uhr Sport und vegetarische / vegane Ernährung: worauf ist zu achten?
[Haiko Schlögl](#)
- 18:30 Uhr Get-together

WISSENSCHAFTLICHE LEITUNG

Zentrum für Sport- und Bewegungsmedizin
Prof. Dr. P. Hepp, Prof. Dr. I. Bechmann, Prof. Dr. U. Laufs,
PD Dr. N. von Dercks

ORGANISATION

Universitätsklinikum Leipzig
Zentrales Veranstaltungsmanagement
Liebigstraße 12, Haus 1
04103 Leipzig
Telefon: 0341 97 14143
E-Mail: veranstaltungsmanagement@uniklinik-leipzig.de

REFERENTEN

Prof. Dr. Ingo Bechmann
Direktor Institut für Anatomie
Dekan Medizinische Fakultät der Universität Leipzig

PD Dr. Nikolaus von Dercks
Leiter Bereich Medizin Management
Geschäftsführer MedVZ
Medizinisches Versorgungszentrum
Universitätsklinikum Leipzig

Saskia Feige
Teilnehmerin Olympia 2024/ Paris 20 km Gehen
Medizinstudentin
Universität Leipzig

Prof. Dr. Pierre Hepp
Bereichsleiter Arthroskopische und Spezielle Gelenkchirurgie / Sportverletzungen
Klinik und Poliklinik für Orthopädie, Unfallchirurgie und Plastische Chirurgie
Universitätsklinikum Leipzig

Prof. Dr. Juliane Heydenreich
Professur für Experimentelle Sporternährung
Universität Leipzig
Sportwissenschaftliche Fakultät

Prof. Dr. Ulrich Laufs
Direktor Klinik und Poliklinik für Kardiologie
Universitätsklinikum Leipzig

Dr. Mario Ost
Senior Postdoc + Project Group Leader
„Nutrition and mitochondrial metabolism“
Paul Flechsig Institute –
Centre of Neuropathology and Brain Research

PD Dr. Haiko Schlögl
Klinik und Poliklinik für Endokrinologie, Nephrologie und Rheumatologie
Bereich Endokrinologie
Universitätsklinikum Leipzig

ANMELDUNG UND TEILNAHME

Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Wir bitten dennoch um verbindliche Anmeldung an silke.klauss@uniklinik-leipzig.de
Anmeldung bitte mit folgenden Informationen:
Betreff: Symposium für Sport- und Bewegungsmedizin
sowie Klinik, Bereich, Berufsgruppe und Kontaktdaten

ZERTIFIZIERUNG

Zertifizierung Sächsische Landesärztekammer:
jeweils 2 Fortbildungspunkte der Kategorie A

Registrierung beruflich Pflegenden GmbH:
jeweils 2 Fortbildungspunkte

VERANSTALTUNGORT

Medizinische Fakultät der Universität Leipzig
Hörsaal im Haus C
(Zentrales Forschungsgebäude)
Liebigstraße 19
04103 Leipzig

SO ERREICHEN SIE UNS (HAUS C)*

mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

- 🚶 (Haltestellen ÖPNV):
 - Bayerischer Bahnhof: Straßenbahn 2, 9, 16; Bus 60; S-Bahn S1-S5X
 - Johannisallee: Straßenbahn 2, 16; Bus 60
 - Ostplatz: Straßenbahn 12, 15; Bus 60

mit dem PKW:

- über Ostplatz / Johannisallee
- über Nürnberger Straße oder Stephanstraße
- über Bayrischer Platz / Nürnberger Straße

Parkmöglichkeiten:

- 🚗 Parkhaus am Universitätsklinikum, Brüderstraße 59
- 🚗 Parkplatz neben Haus 7, Liebigstraße

*Orientierungspläne finden Sie auf dem gesamten Klinikgelände.