

**Sommerkurs
Sportmedizin
Garmisch-Partenkirchen
27. Juni - 4. Juli 2026**



Module
2, 5, 14, 15

www.sportmedizin-kurse.de

Impressionen



Grußwort

Liebe Sport-begeisterte Medizinerinnen und Mediziner,

der Sommerkurs Sportmedizin GAP 2026 steht bevor. Nach einem spannenden Ausflug nach Ehrwald beim Winterkurs mit vielen tollen Vorträgen und Workshops freuen wir uns auf eine erlebnisreiche Sportmedizinwoche in gewohnter Umgebung in Garmisch-Partenkirchen von Samstag, dem 27.6. bis Samstag, dem 4.7.2026.

Auf dem Plan stehen diesen Sommer die Module 2, 5, 14 und 15.

Dabei beschäftigen wir uns im Modul 2 mit Trainingsmethoden, die wir selbst erproben wollen, verschiedenen Einflussfaktoren auf Training und Wechselwirkungen von Be- und Entlastung.

Das Modul 5 steht ganz im Zeichen der Orthopädie, die wir Euch so praxisnah und abwechslungsreich wie möglich präsentieren werden.

Im Modul 14 zeigen Euch unsere Referenten Besonderheiten im Zusammenhang mit besonderen Ausgangsbedingungen, z.B. Behinderungen, auf und geben Einblick in besondere Trainingssituationen.

Welchen Einfluss die Zufuhr von erlaubten und unerlaubten Substanzen und Nahrungsergänzungsmitteln auf die sportliche Performance haben, präsentieren wir Euch im Modul 15.

Sportlich geht es wie gewohnt in den unterschiedlichsten Disziplinen auf den Berg, den Sportplatz und ins Wasser. Neu im Programm haben wir dieses Jahr die Disziplin „Gravel-bike“, bei der Ihr in rasantem Tempo durch unser wunderschönes Alpenvorland brausen könnt. Wer dabei zusätzliche Energie nutzen möchte, ist in der E-bike-Gruppe optimal aufgehoben.

Mit diesem abwechslungsreichen und praxisorientierten Programm hoffen wir, Eure Wissbegierde und Neugier geweckt zu haben und freuen uns auf einen spannenden und interaktiven Sommerkurs Sportmedizin GAP 2026.

Mit sportlichen Grüßen

Dr. med. Dipl.-Sportwiss. Lutz Nitsche

Dr. med. Dipl. Biochem. Jan Wolff

Dr. med. Leonard Fraunberger

Björn Michel

Dr. med. Tom Bartl



MY.ORTHO
Dr. Lutz Nitsche & Kollegen



Programm

Modul 2

Theorieeinheiten:

1 UE: Einfluß von Erholung und Schlaf auf die Leistung - Grundlagen (2) - NN

1 UE: Trainingsplan - Grundlagen und Prinzipien (2) - NN

1 UE: Trainingsplan - Wettkampfsteuerung beim Langdistanz-Trail running (2) - NN

1 UE: VO₂max - Trainingssteuerung anhand von Laborwerten (2) - NN

1 UE: Trainingssteuerung im Profi-Fußball (2) - NN

1 UE: workshop: Endurance-Test skill court (2) - NN

1 UE: workshop: Laktatdiagnostik - Shuttle run (2) - NN

1 UE: workshop: Sprintdiagnostik - agility (2) - NN

Sportpraxis:

- Kraftsport
- Rennrad
- MTB
- Gravel
- Trail Running
- Leichtathletik
- Nordic Walking
- Hockey



Programm

Modul 5

Theorieeinheiten:

1 UE: Schultergelenk - anatomische Grundlagen und biomechanische Prinzipien (5) - NN

1 UE: workshop: Untersuchungstechniken der Schulter (5) - NN

1 UE: workshop: Sonographie des Schultergelenks - Nachweis von Verletzungen (5) - NN

1 UE: workshop: Die Untersuchung der Wirbelsäule (5) - NN

1 UE: WS-Verletzungen - Mechanismen, Diagnostik und Therapie (5) - NN

1 UE: Hypermobilität - Fluch und Segen (5) - NN

1 UE: Sportverletzungen am Ellenbogen (5) - NN

1 UE: workshop - Untersuchungstechniken des Ellenbogens (5) - NN

Sportpraxis:

- Tennis
- Kampfsport
- Capoeira
- Schwimmen
- SUP
- Spinefitter



Programm

Modul 14

Theorieeinheiten:

- 1 UE: Sport nach Amputation/mit Prothese - ein Überblick (14) - NN
- 1 UE: Blindheit/Sehbehinderung im Leistungssport (14) - NN
- 1 UE: Leistungsoptimierung durch optisches Training (14) - NN
- 1 UE: Veränderungen der Leistungsparameter im Alter (14) - NN
- 1 UE: Sport bei depressiven Erkrankungen (14) - NN
- 1 UE: return to sport nach Querschnitt (14)- NN
- 1 UE: Degenerative Erkrankungen im Golfsport (14) - NN
- 1 UE: Sarkopenie und Sport (14) - NN

Sportpraxis:

- Golf
- Rehasport:
 - Mobility
 - Balance
 - Aquagymnastik, - jogging
- Pilates
- Yoga
- Tanz
- Jumping
- Bouldern

Programm

Modul 15

Theorieeinheiten:

- 1 UE: Nahrungsergänzungsmittel - Sinn und Unsinn (15) - NN
- 1 UE: Mikronährstoffe - was ist wirklich dran? (15) - NN
- 1 UE: Doping im Kraftsport (15) - NN
- 1 UE: Doping im Leistungssport (15) - NN
- 1 UE: Dopingkontrolle - was ist messbar (15) - NN
- 1 UE: Medikamentenmissbrauch (15) - NN
- 1 UE: Vitamine, Blutwerte und Substitution (15) - NN
- 1 UE: Rechtliche Grundlagen rund ums Doping (15) - NN

Sportpraxis:

- MTB
- Rennrad
- Gravel
- Bergsport
- Capoeira
- Beachvolleyball
- Handball

Info + Anmeldung

Ausrichter

Lutz Nitsche und Björn Michel Sportmedizinurse GbR

Wissenschaftliche Leitung

Dr. med. Leonard Fraunberger
Björn Michel, Dr. med. Thomas Bartl

Organisationskomitee

Dr. med. Dipl. Sportwiss. Lutz Nitsche
Dr. med. Dipl. Biochem. Jan Wolff

Lehrgangsort und online via zoom

Kongresszentrum Garmisch-Partenkirchen, Richard-Strauss-Saal
Richard-Strauss-Platz 1
82467 Garmisch-Partenkirchen

Zertifizierung

Zertifizierung der bayrischen LÄK, als CME-Fortbildung (beantragt)
Weiterbildung zum Sportmediziner nach dem Curriculum der DGSP: Module
2,5,14,15 (beantragt)



Info + Anmeldung

Information

Ansprechpartnerin: Lisa Steiner
Lutz Nitsche und Björn Michel Sportmedizin-kurse GbR
Walther-Siegfried-Str. 5
82467 Garmisch-Partenkirchen
Telefon +49 174 82 07 568
e-mail lisa.pleyer@sportmedizin-kurse.de
web www.sportmedizin-kurse.de

Anmeldung

bis zum 01.06.2026:

Theorie und Praxis nach Schwerpunktgruppen	
Radsport (MTB, Rennrad, Gravel)	Euro 750,-
Wandern	Euro 800,-
Bergsport (sonstige)	Euro 870,-
Bergsport (Schwerpunkt Alpinklettern)	Euro 890,-
Mixed outdoor sports	Euro 870,-
Golf	Euro 890,-
Tennis	Euro 780,-
Begleitperson Sportpraxis Golf	Euro 790,-
Begleitperson Sportpraxis sonstige	Euro 690,-

nur Theorie:

Ärzte/Physiotherapeuten/Sportwissenschaftler/Trainer Euro 500,-

ab dem 01.06.2026:

zusätzliche Nachmeldegebühr
(Alle Kursangebote) Euro 60,-

Bei Rücktritt bis zum 01.06.2026 erlauben wir uns eine Bearbeitungsgebühr von Euro 50,- zu erheben. Bei Rücktritt nach dem 01.06.2026 ist eine Rückerstattung der Teilnahmegebühr leider nicht mehr möglich. Die Teilnahme an den praktischen Sportangeboten beinhaltet nicht das Bereitstellen der Sportgeräte.

Info + Anmeldung

Anmeldebedingungen

Die verbindliche Anmeldung erfolgt durch online-Anmeldung (www.sportmedizin-kurse.de). Die Kursgebühren sind auf das unten genannte Konto unter dem Stichwort „Sommerkurs 2026“ zu überweisen. Eine Anmeldebestätigung erfolgt unmittelbar per e-mail, eine weitere schriftliche Bestätigung gibt es nicht.

Bankverbindung

Bank	Commerzbank
IBAN	DE50 5004 0000 0415 6329 00
BIC	COBADEFFXXX

Unterbringung

Die Tourist Information Garmisch-Partenkirchen e.V. ist den Teilnehmer/-innen gerne unter folgender Nummern behilflich: Tel.: + 49 / (0)8821 180700, www.gapa.de

Es empfiehlt sich, die Buchung rechtzeitig vorzunehmen. Um das E-Learning-Angebot wahrnehmen zu können, sollte bei der Unterbringung auf eine Unterkunft mit WLAN geachtet werden. Alternativ kann natürlich das Datenvolumen des jeweiligen Mobilfunkanbieter verwendet werden, allerdings fallen große Datenvolumina beim Streamen der Vorträge an. Außerdem besteht die Möglichkeit die E-Learning-Einheiten am Tagungsort zu streamen. Hier wird ein Kongress-WLAN zur Verfügung gestellt.

Haftung

Der Veranstalter haftet nicht für Verluste, Unfälle oder Schäden an Personen oder Sachen, gleich welchen Ursprungs. Die Lehrgangsteilnehmer/-innen beteiligen sich auf eigene Gefahr. Die elektronische Anmeldung ist verbindlich. Mündliche Nebenabsprachen sind unverbindlich, sofern sie nicht schriftlich bestätigt werden.

Sporttauglichkeit

Jeder Teilnehmer/jede Teilnehmerin ist verpflichtet, haftpflicht- und unfallversichert zu sein. Es wird als selbstverständlich vorausgesetzt, dass die Teilnehmer/Innen, die an den praktischen Veranstaltungen teilnehmen, gesund sind und sich körperlich vorbereitet haben.

Info + Anmeldung

Sportpraxis („Sportmedizinische Aspekte des Sports“)

Die Schwerpunktgruppen bestehen aus Radsport, Bergsport, Mixed outdoor Sports, Golf und Tennis. Zusätzlich werden die Sportarten Kajak, Beachvolleyball, Hockey, outdoor Fitness, Nordic Walking, Aquagymnastik, Mobility-Training, Leichtathletik, trail running, Yoga, Pilates, Kampfsport, Capoeira, HIIT, SUP und Schwimmen angeboten. In den Sportgruppen werden die Inhalte gemäß den DGSP-Vorgaben der ausgeschriebenen Module vermittelt.

Wir bitten alle Teilnehmer, Badekleidung, Sportschuhe und Sportkleidung für Hallen- und Outdoorsport für alle Witterungsbedingungen mitzubringen. Die Sportausrüstung ist von den Teilnehmern mitzubringen, bzw. eigenständig zu leihen. Bei den Sportarten Kajak und Klettersteig/Klettern (Bergsport) wird die Ausrüstung gestellt. Die Realisierung der Schwerpunktgruppen ist an eine Mindestteilnehmerzahl gekoppelt. Melden sich zu wenig Teilnehmer für die Schwerpunktgruppe an, muss ggf. auf ein andere Sportart ausgewichen werden.



Zeitplan

	Samstag	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerst	Freitag	Samstag
9h								
10h		Theorie/ workshop p 3	Praxis 5 Warm up Bergsport Kajak MTB Rennrad Tennis Golf	Praxis 5 Warm up Bergsport Kajak MTB Rennrad Tennis Golf	Praxis 5 Warm up Bergsport Kajak MTB Rennrad Tennis Golf	Praxis 5 Warm up Bergsport Kajak MTB Rennrad Tennis Golf	Praxis 4 Warm up Bergsport MTB Rennrad Tennis Golf	Theorie 2
11h								Abschluss- Be- sprechung
12h		Work- shops Zusatz- angebot						
13h	Theorie 4							
14h							Praxis 2 Schwimmen Trail running BVB Outdoor Fitness	
15h								
16h		Praxis 4 Nordic Walking SUP Fitness Yoga						
17h	Praxis 2 Trail running Leicht- athletik Hockey Kampfsport		Theorie 3	Theorie 3	Theorie 3	Theorie/ workshop p 3		
18h							Theorie 3	
19h			Praxis 2 Handball Fitness Bouldern Pilates	Praxis 2 Aqua- gymnastik Ball sport LA Mobility	Praxis 2 Aqua- gymnastik HIIT Kampfsport Pilates Bouldern	Work- shops Zusatz- angebot		
20h								
21h	Come together						Gesells- chafts Abend	
22h			Theorie 2 - online	Theorie 2 - online	Theorie 2 - online	Theorie 2 - online		

Sponsoren

Der Sommerkurs Sportmedizin Garmisch-Partenkirchen 2026 wird unterstützt von:



mit Euro 1500,-



Mit uns geht's weiter.

mit Euro 1500,-



mit Euro 1500,-

Sponsoren

The logo for CRYOFOS features the word "CRYOFOS" in a bold, sans-serif font. The letters "CRYO" are green, and "FOS" is blue.

mit Euro 1500,-

The logo for BAUERFEIND consists of a blue stylized symbol resembling three horizontal bars of varying lengths, followed by the word "BAUERFEIND" in a bold, blue, sans-serif font with a registered trademark symbol.

mit Euro 1500,-

The logo for rosenkranz scherer features the words "rosenkranz" and "scherer" in a bold, blue, sans-serif font, stacked vertically. Below them, the phrase "Ihr Sanitätshaus" is written in a smaller, black, sans-serif font.

mit Euro 1500,-