

Entwurf Workshop Plan **1.REGIONales Sportmedizinisches Forum 22. August 2026** in der KGSE Elmshorn, Hainholzer Damm 15, Elmshorn



Uhrzeit	Halle 1	Forum	Raum 3	Raum 4
9.00 Uhr		Come in – Begrüßung Prof. Dr. Gille, KSV		
9.30 – 11.00 Uhr Phase 1	W1 Krafttraining im Rehasport – gezielt und wirksam	W2: Knackpunkt Gelenke: Vermeidung und Therapie von Gelenkerkrankungen	W3: Sport als Therapie – was tut psychisch Kranken gut, was ist im Umgang zu beachten	W4: Gefäßerkrankungen - Schaulensterkrankheit Sport als Therapie
Referentin/Referent	Sportwiss. Felicia Knühl	Prof. Dr. Justus Gille	Sportwiss. Max Mügge	Dr. Nicoline Jochmann-Schick
11.00 – 11.30 Uhr	Pause	Pause	Pause	Pause
11.30 – 13.00 Uhr Phase 2	W5: Krafttraining und Stabilität im Rehasport- vielseitig trainieren	W6: Yoga und Faszien im Rehasport	W7: Sport trotz Asthma und COPD – Chancen, Grenzen und praktische Tipps	W8: Knackpunkt Gelenke: Vermeidung und Therapie von Gelenkerkrankungen
Referentin/Referent	Sportwiss. Felicia Knühl	Dipl.-Oecotroph. Heidi Hammerschmitt-Klatt	PD Dr. Hans-Peter Hauber	Prof. Dr. Justus Gille

Anmeldungen unter <https://ksv-pinneberg.de/bildung/bildungsprogramm>

Stand: 08.06.2026