

# LSVB-Teamärzte-Meeting

## Protokoll vom 27.04.2017

TeilnehmerInnen der Sitzung: Ruppi Lange, Kathrin Lederer, Andy Dettwiler, Christoph Maier, Sandrine Abgottspon

Traktanden:

1. Ärztliche Bescheinigung für Wettkämpfe im Ausland
2. 1.Hilfe Kurs
3. „Medizinische“ Vorträge
4. Leistungsdiagnostik
5. News auf Homepage

### 1. Ärztliche Bescheinigung für Wettkämpfe im Ausland

Damit man für einen Wettkampf im Ausland zugelassen wird, muss man oft eine ärztliche Bescheinigung vorlegen. Auch unsere Nachbarnländer Italien und Frankreich handhaben es so. Mit der ärztlichen Bescheinigung bestätigt der Arzt, dass der Athlet in guter gesundheitlicher Verfassung ist. Gerne möchten wir unseren Mitgliedern Support bieten. Ruppi Lange und Kathrin Lederer sind neu unsere Teamärzte und unterstützen uns dabei.

Auf der Homepage wird dafür ein Formular zur Verfügung gestellt (deutsch, englisch, französisch). Dieses Formular soll zur Konsultation mitgenommen werden.

Andy: Bitte Formular mit Ruppi und Kathrin besprechen und anpassen, damit wir es dann hochladen können.

Je nach gesundheitlicher Verfassung kann der Termin vor oder nach dem Training stattfinden. Der Athlet sollte sich dafür Zeit nehmen und vorgängig mit Kathrin oder Ruppi Kontakt aufnehmen. Anhand des Anamnese-Gesprächs können unsere Teamärzte entscheiden, ob das Formular direkt unterzeichnet werden kann, oder ob eine weitere Konsultation in Kathrins Praxis oder beim Hausarzt vereinbart werden muss. Reicht das kurze Anamnese-Gespräch, verrechnen unsere Teamärzte ca. 20-30 Franken (wird durch Ruppi & Kathrin noch klar definiert und mitgeteilt). Dieser Aufwand verrechnen die Teamärzte direkt mit dem LSB (Ressort Finanzen, Andy Wagner). Ist eine weitere Konsultation nötig, bezahlt es das LSB-Mitglied selber.

Zeitrahmen der Umsetzung: 3 Quartal 2017

## **2) 1. Hilfe Kurs**

Immer wieder gelangen an den Vorstand anfragen, ob der LSVB die Kosten für eine Teilnahme an einem externen 1. Hilfe Kurs übernommen werden können.

Der Vorstand hat beschlossen, dass wir es in diesem Rahmen nicht unterstützen möchten, da sonst Anfragen für diverse Kurse eingereicht werden.

Im Gegenzug möchten wir für unsere Mitglieder einen internen Kurs anbieten.

Der erste Kurs soll an einem Abend stattfinden und dabei stehen die Basics sowie das Risiko, Unfälle, Erkrankungen beim Laufsport im Vordergrund. Evtl. könnte man mit Fallbeispielen arbeiten, deshalb werden wir die Teilnehmeranzahl beschränken.

Ruppi und Kathrin erarbeiten den Kursinhalt. Es können auch weitere Helfer etc. miteinbezogen werden.

Zeitraumen: 1 / 2 Quartal 2018

Als weiteres Projekt kann sich Ruppi vorstellen, einen Anlass in der Reha (Reanimation an Puppen etc.) zu organisieren.

Ruppi klärt ab, ob einen solchen Anlass in der Reha möglich wäre.

Zeitraumen: noch offen

## **3) „Medizinische“ Vorträge**

Das grosse Fachwissen unserer Teamärzte an die LSVB Mitglieder weiterzugeben, ist viel Wert. Deshalb organisieren die Beiden einen Vortrag, indem sie zu einem Fokusthema auf eine einfach Weise den Mitgliedern Wissen übermitteln.

Verschiedene Themen: Prävention im Laufsport, verschiedene Trainingsformen und was das im Körper auslöst, Ernährung beim Trainieren und Wettkampf

Ruppi und Kathrin entscheiden sich für ein, zwei Themen und besprechen es.

Zeitraumen: 4 Quartal 2017 oder 1. Quartal 2018

#### **4) Leistungsdiagnostik:**

Einen richtigen Leistungsdiagnostiktest ist aufwändig und muss wiederholt werden, damit sich die Daten auswerten lassen.

Als Alternative hat Ruppi einen Feldtest auf der Bahn vorgeschlagen. Dieser Test ist effizient und alle Mitglieder könnten gleichzeitig mitmachen. Bei jeder Runde wird dem Läufer das Laktat gemessen und nach der Auswertung weiss der Läufer, ob er im richtigen Tempo unterwegs ist oder nicht (Wichtig für die Einteilung in die Gruppen / Wahrnehmung des Tempogefühls und Körper).

Zur Übung macht es Sinn diesen Test zuerst nur mit LSVB Mitgliedern durchzuführen.

Später wäre es möglich, wenn es fürs Stadtlaufttraining, welches von „Externen“ besucht wird, auch angeboten werden kann!

[Zeitraumen: sehr interessant, je nach Zeitmanagement von Ruppi noch vor der Herbstsaison und evtl. Stadtlauf 2017. Sehr interessant für uns!:-\)](#)

#### **5) News auf der Homepage:**

Erste News, Vorankündigung (gewisse Inputs aus dem Protokoll) können den Mitgliedern bereits jetzt gegeben werden.

[Zeitraumen: Jetzt. Andy, besten Dank für eine Newserfassung nach kurzem Feedback aller Beteiligten \(Zustimmung Teamärzte und Christoph\).](#)

Binningen, 13.07.2017 / Sandrine Abgottspon