Module im DKV

Modul 19: **Sportmedizin für Karateka leicht gemacht – leistungssportspezifisch -Teil 2**
8 Lehreinheiten

Die Lehreinheiten werden für die B-Trainer Breitensport Lizenz „Karatelehrer“, A- Trainer Breitensportlizenz sowie A- Trainer Leistungssportlizenz angerechnet.

Grundsätzlich kann jede/r interessierte Schwarzgurtträger/In des DKV an dem Modul teilnehmen.

Dozent u. Ausbilder:
Dr. med. Colin De Silva

Termin:
Sonntag, 08.11.2026 von 10:00 bis 17:00 Uhr

Seminarraum:
Dr. med Colin De Silva
Kiefernweg 37
25451 Quickborn

Hotel:
ibis budget Hamburg Quickborn
Pascalkehre 10
25451 Quickborn

Seminargebühren: **110,00 €**/ (180,00 € bei Buchung von Teil 1 und 2)

inkl. Tagungsgetränke (Kaffee, Tee, Mineralwasser) ohne Übernachtung und sonstige Verpflegung.

Das Mittagessen wird von dem Referenten vor Ort organisiert und müsste bitte auch vor Ort bezahlt werden.
Die Buchung einer Übernachtung im Hotel Ibis Budget Hamburg Quickborn ist zum Preis von 91,50 € (Preisänderung möglich) (Standardzimmer inkl. Frühstück) möglich. Die Bezahlung der Übernachtungskosten erfolgt von Ihnen bei Anreise vor Ort im Hotel Ibis Budget Hamburg Quickborn.

Bitte überweisen Sie **vor dem Seminar** unter Angabe der Modul-Nr. nur die Seminargebühren auf das Konto des DKV bei der Sparkasse Gladbeck:
IBAN: DE 53 4245 0040 0071 0143 02.

Trainingsanzug oder Gi sowie Schreibutensilien mitbringen!
Während der gesamten Veranstaltung gilt Haftungsausschluss!

Modul 19

- Leistungsdiagnostik, spezifische Veränderungen bei apparativen Messungen
- Prävention von Sportverletzungen
- Häufige Sportverletzungen
- Erste Hilfe bei Sportverletzungen (inkl. Kinesio-Taping)
- Gelenke (Hüfte, Knie, Sprunggelenk), Wirbelsäule
- Ernährung im Sport
- Doping, Anti-Doping-Gesetze
- Sportmedizinische Aspekte bei Kindern, Frauen und Alterssport

In Modul 19 werden, aufbauend auf den Grundlagen des Moduls 18, die sportmedizinischen Aspekte näher vermittelt. Dies beinhaltet die Grundlagen Leistungsdiagnostik, sowie häufige Verletzungen im Karate-Sport, Grundlagen der Behandlung sowie Prävention.

Des Weiteren werden die Grundlagen einer sportgerechten Ernährung erläutert, sowie die Einnahme von Medikamenten und die Bedeutung von Doping im Sport. Auf sportmedizinische Aspekte im Kinder- und Jugendsport, bei Frauen und im Alterssport wird ebenfalls eingegangen.

Zum Abschluss des Vortrages findet -wie auch in Modul 18- ein gemeinsames Training statt, welches selbstverständlich von den zukünftigen A-Trainern erarbeitet und gehalten wird. Theoretische Grundlagen, welche die Trainer bereits mitbringen, fließen in die Trainingsgestaltung für unser gemeinsames Training ein.

Zum Seminarbeginn neben Schreibunterlagen bitte auch Karate-Gi und einen USB-Stick zum Speichern der Präsentation mitbringen.

Referent: Dr. med. Colin De Silva