

## Organisation und wissenschaftliche Leitung

Univ.-Prof. Dr. med. Marcus Jäger  
Klinik für Orthopädie, Unfall- und Wiederherstellungschirurgie

Prof. Dr. med. Heinrich Wienecke  
Klinik für Kardiologie und Angiologie

Marien Hospital Mülheim an der Ruhr  
Contilia-Gruppe  
Kaiserstraße 50  
45468 Mülheim an der Ruhr



Dr. med. Ingo Voigt  
Klinik für Akut- und Notfallmedizin  
Elisabeth-Krankenhaus Essen  
Klara-Kopp-Weg 1  
45138 Essen



## Termin

Freitag, den 20.03.2020, 18:00 Uhr

**Anmeldungen unter**  
seminar@erg1900.de

Teilnehmerbeitrag: 10,00 € auf das Konto der ERG (Sparda Bank-West)  
IBAN DE41 3606 0591 0002 0152 95  
BIC GENODED1SPE

## Veranstaltungsort

Seminarraum der ERG 1900  
Radmosphäre  
Uferpromenade 1, 45143 Essen

Sponsoring der Veranstaltung: -  
*Es findet keine firmenbezogene Werbung im Vortragssaal statt*



UNIVERSITÄT  
DUISBURG  
ESSEN



## Update Erste Hilfe & Verletzungen im Radsport



Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Sportsfreunde,

Radfahren ist und bleibt gesund!  
Trotzdem belegen die jährlichen Unfallstatistiken das hohe Verletzungsrisiko und nahezu jeder Radsportler kennt ebenso die typischen Symptome an Rücken, Schulter oder anderen Gelenken bei zu intensivem Training.

Neben dem Stütz- und Bewegungsorgan werden jedoch auch Herz- und Kreislauf witterungs- und konditionsabhängig stark beansprucht.

Vor der anstehenden Saison möchten wir Sie (euch) gerne über sportspezifische Verletzungen im Radsport und deren Prävention informieren und ebenso praktische Übungen in erster Hilfe anbieten.

Nach den informativen und kurzen Übersichts- und Impulsvorträgen freuen wir uns auf ihren (euren) tatkräftigen Einsatz an der Reanimationspuppe und auch im Anschluss ebenso auf den persönlichen Austausch.

Wir würden uns sehr freuen, Sie bei der ERG begrüßen zu dürfen.

## Programm

18:00

Begrüßung und Einführung  
*Jäger & Voigt & Wieneke*

18:10 – 18:30

Radsportspezifische Verletzungen  
*Jäger*

18:30 – 18:50

Medizinische Leistungsdiagnostik  
& Prävention  
*Mayer, Rühlemann*

18:50 – 19:20

Erste Hilfe & Laienreanimation  
*Voigt*

19:20 – 20:00

Praktische Übungen  
*Team & Teilnehmer*

20:00

Zusammenfassung &  
Schlusswort

## Referenten

Univ.-Prof. Dr. med. Marcus Jäger  
*Direktor / Lehrstuhl für Orthopädie & Unfallchirurgie  
Klinik für Orthopädie, Unfall- & Wiederherstellungs-  
chirurgie, St. Marien Hospital Mülheim a. d. Ruhr  
Universität Duisburg-Essen*

Dr. med. Constantin U. Mayer  
*Oberarzt  
Klinik für Orthopädie, Unfall- & Wiederherstellungs-  
chirurgie, St. Marien Hospital Mülheim*

Alina Rühlemann, M. Sc.  
*Sportwissenschaftlerin  
Universität Duisburg-Essen*

Prof. Dr. med. Heinrich Wieneke  
*Chefarzt  
Contilia Herz- und Gefäßzentrum (Essen/Mülheim)*

Dr. Ingo Voigt  
*Chefarzt  
Klinik für Akut- und Notfallmedizin  
Elisabeth-Krankenhaus Essen*

Marcus Jäger

Heinrich Wieneke