



Zürich Forum for Applied  
**Sport Sciences**  
by  **swissbiomechanics**

Vorabend, 9. September und  
Donnerstag, 10. September 2015

[www.zfass.com](http://www.zfass.com)

Hauptpatronate

**medBASE**  
sports medical center zürich

**zhaw** Gesundheit  
Institut für  
Physiotherapie

**ETH**  
Eidgenössische Technische Hochschule Zürich  
Swiss Federal Institute of Technology Zurich

Subpatronate

  
**riposa**  
SWISS SLEEP

## Vorsprung durch Wissen – direkt aus der Forschung – für Sie praxisnah aufbereitet

Zum sechsten Mal wird am 9. und 10. September 2015 das Zurich Forum for Applied Sport Sciences durchgeführt. Als junges, innovatives und dem Sport verpflichtetes Spin-off Unternehmen der ETH Zürich freut sich swissbiomechanics als Veranstalter über die grosse Beliebtheit des Forums.

Mit spannenden Vorträgen rund um die gesunde Bewegung und mit praxisbezogenen Workshops am Vorabend sind wir am Puls der Zeit.

National und internationale Referenten vermitteln auch dieses Jahr die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse aus den Fachgebieten Sportbiomechanik, Sportphysiologie, Sportpsychologie und Trainingslehre.

Nutzen Sie die Gelegenheit und seien Sie Teil von unserem diesjährigen Anlass und erleben Sie den effizienten Austausch zwischen Wissenschaft und Praxis. swissbiomechanics freut sich über Ihre Teilnahme am 6. Zurich Forum for Applied Sport Sciences.

Nutzen Sie die Gelegenheit und seien Sie Teil von unserem diesjährigen Anlass und erleben Sie den effizienten Austausch zwischen Wissenschaft und Praxis.

swissbiomechanics freut sich über Ihre Teilnahme am 6. Zurich Forum for Applied Sport Sciences.

**Fortbildungspunkte** Das Zurich Forum for Applied Sport Sciences wird auch 2015 von der Schweizerischen Gesellschaft für Sportmedizin (SGSM), der Schweizer Chiropraktoren (ChiroSuisse), dem Schweizerischen Verband diplomierter ErnährungsberaterInnen (SVDE), dem Schweizerischen Verband Orthopädischer Manipulativer Physiotherapie (svomp), reha-schweiz, physioswiss sowie von Qualicert als Fortbildungstag anerkannt. ([www.zfass.com](http://www.zfass.com))

**Forum**  
**10. September 2015**

**Referenten**

Nationale und internationale Fachleute werden Ihnen ausgewählte wissenschaftliche Erkenntnisse und Trends aus dem Bereich der Sportwissenschaften vorstellen.

**Prof. Stefan Grau** – *Professur für Biomechanik und Bewegung, Department of Food and Nutrition, and Sport Science, Universität Göteborg, SWE*

**Robert Heiduk** – *Sportwissenschaftler und Diplom-Sportlehrer, Universität Bonn Hochschulsport, Rheinische Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn, DE*

**Dr. Gerda Strutzenberger** – *Senior Scientist, Forschungsbereich Biomechanik und Bewegungswissenschaft, Universität Salzburg, IFFB für Sport und Bewegungswissenschaft/USI, AUT*

**PD Dr. med. Christoph Dehnert** – *Facharzt für allgemeine Innere Medizin und Kardiologie FMH, Sportmedizin DGSP, Höhenmedizin, Medbase – Sports Medical Center Zürich, CH*

**Prof. Dr. Nici Wenderoth** – *Professur neuronale Bewegungskontrolle, D-HEST Neural Control of Movement Lab, ETH Zürich, CH*

**Datum/Zeit**

Donnerstag, 10. September 2015, Registrierung ab 07.30 Uhr

**Ort**

ETH Zürich, Hönggerberg, Gebäude HCI, Raum G3,  
Wolfgang-Pauli-Strasse 10, 8093 Zürich

**Sprache**

Deutsch

**Anmeldung**

Erforderlich unter [www.zfass.com](http://www.zfass.com)

**Kosten**

CHF 280.00  
Vorabend Workshops & Forumstag Total CHF 350.00



## Programm

- ab 07.30 Registrierung & Kaffee
- 08.00 - 08.15 Begrüssung
- 08.15 - 09.30 **Entstehung von Überlastungsbeschwerden im Laufsport - Prävention und Therapie**  
Klinische, biomechanische und trainingsspezifische Testmöglichkeiten zur Analyse komplexer Entstehungsmuster von Überlastungsbeschwerden. *Prof. Stefan Grau*
- 09.30 - 10.00 Kaffeepause
- 10.00 - 11.15 **Bedeutung der Faszien für das Bewegungssystem**  
Welche Konsequenzen haben neue Aspekte aus Biomechanik und Neurophysiologie für die Trainingspraxis? *Robert Heiduk*
- 11.15 - 11.30 Kurze Pause
- 11.30 - 12.45 **Biomechanische und physiologische Leistungsdiagnostik beim Radfahren**  
Was können biomechanische und physiologische Messmethoden beitragen, um die Leistung beim Radfahren zu optimieren? Methodische Grundlagen sowie Erfahrungen aus der trainingswissenschaftlichen Praxis anhand eines ausgewählten Beispiels. *Dr. Gerda Strutzenberger*
- 12.45 - 14.00 Mittagspause (Reichhaltiges Buffet, im Teilnahmepreis inbegriffen)
- 14.00 - 15.15 **Darstellung der aktuellen Methoden im Höhen- und Hypoxietraining**  
Übersicht zu den aktuellen Methoden im Höhen- und Hypoxietraining, sowie Erfahrungsberichte aus der Praxis des Höhentrainings mit Athleten. *PD Dr. med. Christoph Dehnert*
- 15.15 - 15.45 Kaffeepause
- 15.45 - 17.00 **Plastizität aus der Steckdose – schnelleres motorisches Lernen durch Hirnstimulation**  
Wissenschaftliche Erkenntnisse wie Hirnstimulation die motorische Lernfähigkeit des gesunden und des geschädigten Gehirns beeinflusst. *Prof. Dr. Nici Wenderoth*
- 17.00 Verabschiedung

## Workshops 9. September 2015

Datum/Zeit

Praxisbezogene Workshops runden unser diesjähriges Programm ab und lassen Sie aktiv mit dabei sein.

Mittwoch, 9. September 2015, 18.00 - 20.30 Uhr

Ort

ETH Zürich, Hönggerberg, Gebäude HCI, Raum J4,  
Wolfgang-Pauli-Strasse 10, 8093 Zürich  
Parkmöglichkeiten vorhanden

Workshops

### **swissbiomechanics ag**

Als Spin-off Unternehmen der ETH Zürich forscht und entwickelt swissbiomechanics in enger Kooperation mit renommierten Wissenschaftlern und Medizinerinnen.

Als Anbieter von klinischen Lauf- und Ganganalysen, Sitzpositions-, Haltungs- und Fussanalysen in diversen renommierten Kliniken in der Schweiz ist swissbiomechanics führend. Erfahren Sie mit uns die neuesten Trends aus der Welt der Biomechanik.

### **ZHAW, Zürcher Hochschule für angewandte Wissenschaften**

Die ZHAW ist eine der führenden Schweizer Hochschulen für Angewandte Wissenschaften, anwendungsorientiert und wissenschaftlich in Lehre, Forschung und Weiterbildung. Als eine der grössten Fachhochschulen der Schweiz verfügt die ZHAW über ein breites Fachwissen. Ergebnisse aus Forschungsprojekten zeichnen sich dadurch aus, dass diese wissenschaftlich fundiert und gleichzeitig in der Praxis umsetzbar sind.

Sprache

Deutsch

Anmeldung

Erforderlich unter [www.zfass.com](http://www.zfass.com)

Kosten

CHF 90.00  
Vorabend Workshops & Forumstag Total CHF 350.00

## Veranstalter

## Sportphysiologie und Trainingslehre

ETH Zürich  
Prof. Dr. Kurt Murer  
Inst. für Bewegungswissenschaften und Sport  
8093 Zürich

## Sportbiomechanik

swissbiomechanics ag  
Zürichstrasse 72  
8840 Einsiedeln  
swissbiomechanics.ch

ETH Zürich  
Dr. Silvio Lorenzetti  
Sportbiomechanik Gruppe  
Institut für Biomechanik  
8093 Zürich

## Lageplan

ETH Zürich, Hönggerberg, Gebäude HCI, Parkmöglichkeiten vorhanden

