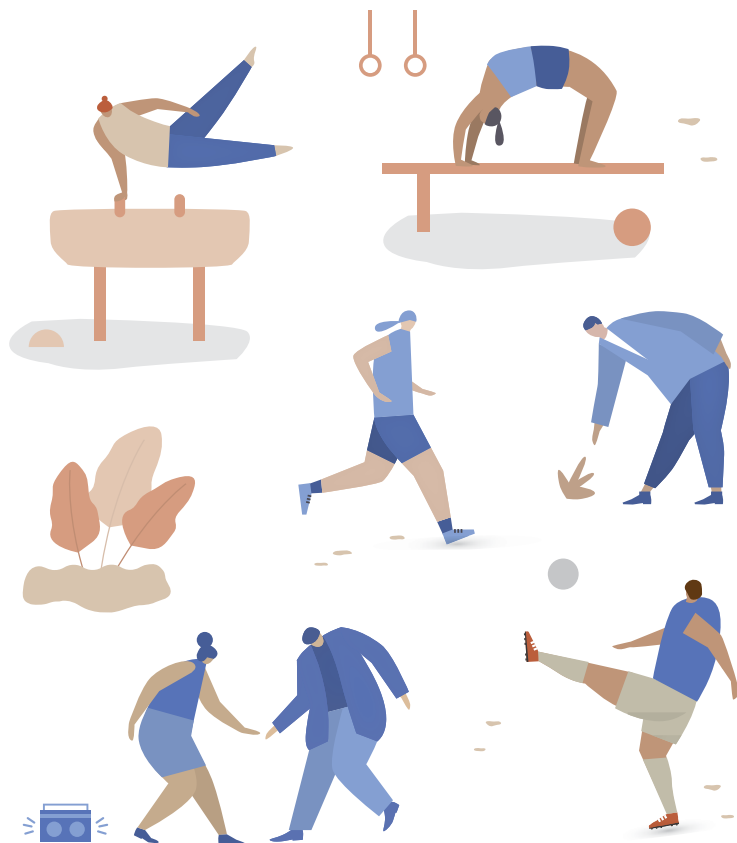


Vabilo na Artrosov simpozij za trenerje in športne pedagoge



Prevenција športnih poškodb pri mladostnikih

Spoštovani trenerji in športni pedagogi,

vsakdo, ki je v stiku z mladostniki udeleženi v intenzivni športni trening, se srečuje s problematiko športnih poškodb. Neredko le te predstavljajo pomembno oviro pri napredovanju v treningu, v najslabšem primeru so tudi vzrok za prenehanje kariere ali celo puščajo trajne posledice.

Premalo je ob tem zavedanja, da pri nastanku poškodb ne gre le za splet nesrečnih naključij in da je možno mnogo poškodb z ustreznimi preventivnimi ukrepi preprečiti. S strokovnim srečanjem namenjenim trenerjem, športnim pedagogom, kineziologom pa tudi fizioterapevtom in drugim, ki skrbijo za športnike v procesu treningov, želimo širiti znanje o pomenu preventive pri intenzivnem treningu.

Želimo si, da bi s povezovanjem in izmenjavo znanj skupaj izboljšali skrb za zdravo udejstvovanje športnikov. Vljudno vas vabim, da se nam pridružite na tem enodnevnem simpoziju in nam pomagate doseči ta cilj.

mag. Martin Mikek, dr. med.



PROGRAM

8:30 Registracija udeležencev

9:00 Epidemiologija in mehanizmi nastanka športnih poškodb pri mladostnikih

dr. Martin Zorko, dr. med.

9:20 Celostni pogled na telesne (ne) skladnosti v kontekstu varnosti in učinkovitosti gibanja

prof. dr. Nejc Šarabon, prof. šp. vzg.

9:40 Varnost kot bistveni vidik načrtovanja športne vadbe.

prof. dr. Vojko Strojnik, prof. šp. vzg.

10:00 Ultrazvočna diagnostika za zgodnje odkrivanje poškodb mehkih tkiv

mag. Klemen Grabljevec, dr. med.

10:20 Magnetno resonančna diagnostika preobremenitvenih sindromov gibal pri mladostnikih

doc. dr. Mitja Rupreht, dr. med.

10:40 **Razprava**

11:00 **Odmor**

11:20 Biomehanika ramenskega sklepa in njene prilagoditve pri vrhunskem športu

mag. Martin Mikek, dr. med.

11:40 Programi preventivne vadbe za ramenski sklep

Dalibor Todorović, prof. šp. vzg.

12:00 Bolečina v križu pri vrhunskem športniku

doc. dr. Mitja Benedičič, dr. med.

12:20 Pomen globokih stabilizatorjev trupa

Petra Kotnik, viš. fth., dipl. org. del.

12:40 **Razprava**

13:00 **Odmor s kosilom**

13:30 Preprečevanje poškodb sprednje križne vezi

doc. dr. Vedran Hadžić, dr. med.

13:50 Varna vrnitev k športu po rekonstrukciji sprednje križne vezi

prof. dr. Matjaž Vogrin, dr. med.

14:10 Sekundarna preventiva nestabilnosti po zvinu gležnja

Jurij Štalc, dr. med.

14:30 Biološke metode zdravljenja poškodb mišic, hrustanca in vezi

doc. dr. Mohsen Hussein, dr. med.

14:50 **Razprava in zaključek simpozija**

DATUM SIMPOZIJA
Sobota, 13.1.2018

KRAJ

**Predavalnica v pritličju stavbe B,
Tehnološki park 19, Ljubljana**



Zaradi omejenega števila mest prosimo za prijave na:

Lana@artros.si ali **070 838 276**

Kotizacije ni – udeležba na simpoziju je **brezplačna!**