



Ort: Deutsches Herzzentrum München, Lazarettstraße 36, 80636 München

Veranstalter: Kompetenzzentrum für Ernährung, Zentrum für Prävention und Sportmedizin der TU München, Deutsches Herzzentrum München

**Programm (Stand: 20.03.2014)  
05. Juni 2014**

**Teilnahmegebühr: Frühbucher 150 Euro (bis 18.05.2014) bzw. 200 Euro für Spätbucher (ab 19.05.2014)**

**Die Registrierung öffnet ab 9:00 Uhr**

**Einführung**

9:45-9:50 **Einführung**  
*Dr. Wolfram Schaecke*  
Leiter KErn

9:50-10:00 **Ernährung im Sport – wer wagt gewinnt?**  
*Prof. Dr. Rüdiger Lange*  
Deutsches Herzzentrum München

**Ausdauersportarten – Moderation: Dr. Malte Rubach, KErn**

10:00-10:20 **Warnsignale erkennen, Ermüdung vorbeugen**  
*Prof. Dr. Martin Halle*  
Technische Universität München

10:20-10:40 **Marathon: Einfluss von Ernährung**  
*Dr. Johannes Scherr*  
Technische Universität München

10:40-11:00 **Podiumsdiskussion**

**Kaffeepause**

**Teamsportarten – Moderation: Prof. Dr. Martin Halle, TU München**

11:20-11:40 **Aktuelle Ernährungstrends im Teamsport**  
*Dr. Claudia Osterkamp-Baerens*  
Ernährungswissenschaftlerin am Olympiastützpunkt Bayern

11:40-12:00 **Fit für die 2. Halbzeit – Ernährung im Fußball**  
*Bernhard Reiser*  
Ernährungscoach und Sternekoch

12:00-12:20 **Podiumsdiskussion**

**Mittagsessen**

### **Kraftsportarten – Moderation: Dr. Malte Rubach, KErn**

---

- 13:30-13:50            **Protein-Substitution – (Un-?)Sinn**  
*Dr. Klaus-Jürgen Moch*  
Ernährungswissenschaftler und Pharmazeut
- 13:50-14:10            **Milch – ein ideales Sportgetränk?**  
*Dr. Paolo Colombani*  
Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen
- 14:10-14:30            **Podiumsdiskussion**

### **Alternative Ernährungsweisen im Sport – Moderation: Christine Röger, KErn**

---

- 14:30-14:50            **Vegetarisch und vegan zu Höchstleistungen fähig?**  
*Dr. Mareike Großhauser*  
Ernährungswissenschaftlerin am Olympiastützpunkt Rheinland-Pfalz/Saarland
- 14:50-15:10            **Hat jeder Leistungssportler eine Nahrungsmittelunverträglichkeit – eine Mo-  
deerscheinung?**  
*PD Dr. Valentin Becker*  
*Technische Universität München*
- 15:10-15:30            **Podiumsdiskussion**

### **Kaffeepause**

### **Ergogene Substanzen und Nahrungsergänzung – Moderation: Dr. Johannes Scherr, TU München**

---

- 15:50-16:10            **Ergogene Substanzen im Sport**  
*Dr. Manuela Konrad*  
FH Joanneum Gleichenberg
- 16:10-16:30            **Vitamin-, Mineralstoff- und Kombinationssupplemente im Sport: Wann sind sie  
notwendig, wann überflüssig und wie sicher sind sie?**  
*Juniorprof. Dr. Anja Carlsohn*  
Pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd
- 16:30-16:50            **Podiumsdiskussion**

### **Ende der Veranstaltung**