



Programm

4. Zürcher Sportmedizin Symposium

«Bewegungsapparat und Sport»

Freitag, 5. Dezember 2025

9.00 – 17.00 Uhr

Universitätsklinik Balgrist, Zürich



Universität
Zürich

swiss
olympic

Medical
Center

Wir freuen uns sehr, am Freitag, 5. Dezember 2025 das **4. Zürcher Sportmedizin Symposium** an der Universitätsklinik Balgrist durchzuführen.

Namenhafte Expertinnen und Experten geben beim Symposium **«Bewegungsapparat und Sport»** spannende Einblicke in aktuelle Forschung und Praxis.

Die Fortbildung richtet sich an sportmedizinisch interessierte Ärztinnen und Ärzte – insbesondere aus Sportmedizin, Hausarztmedizin und Orthopädie – sowie an Personen aus Therapie und Wissenschaft, die in diesem Feld arbeiten oder forschen.

Unsere Themenschwerpunkte:

- **Prähabilitation** – optimal vorbereitet in die OP
- **Verletzte Athletinnen & Athleten** – von zielgerichtetem Training bis zur optimalen Ernährung
- **Back to sports** – sicherer und effizienter Wiedereinstieg in Training und Wettkampf
- **Überlastung im Sport** – erkennen, behandeln und langfristig vermeiden

Freuen Sie sich zudem auf einen bekannten Sportler als Special Guest, der persönliche Einblicke gibt – ein echtes Highlight!

Seien Sie dabei! Holen Sie sich aktuelles Wissen, diskutieren Sie mit führenden Expertinnen und Experten und vernetzen Sie sich mit Kolleginnen und Kollegen aus der Sportmedizin.

Prof. Dr. med. Johannes Scherr
Chefarzt und Leiter

Dr. med. Nora Wieloch
Oberärztin Sportmedizin

Universitäres Zentrum für Prävention und Sportmedizin an der Universitätsklinik Balgrist

Durchführungsort

Universitätsklinik Balgrist
Auditorium
Forchstrasse 340
8008 Zürich, Schweiz

Die Vortragssprache ist Deutsch und Englisch.

Informationen / Anmeldung

Weitere Informationen und den Link zur Anmeldung finden Sie unter www.balgrist.ch/sportmedizin-symposium oder via QR Code:



Kontakt

Stefanie Pfister
Kongress-Sekretariat
T + 41 44 386 38 33
kongresse@balgrist.ch

Referenten

- **Bruna Antunes**
Physiotherapeutin, Orthopaedic and Sports
Medicine Hospital Doha, Qatar
- **Prof. Dr. med. Samy Bouaicha**
Leitender Arzt Schulter- und Ellbogenchirurgie,
Universitätsklinik Balgrist
- **Dr. med. Nick Clement, PhD**
Consultant Orthopaedic Surgeon, Edinburgh
Orthopaedics, Scotland
- **Pascale Gränicher, PhD**
Therapeutische Leitung Prähabilitation Forschung,
Universitäres Zentrum für Prävention und Sport-
medizin, Universitätsklinik Balgrist
- **Daniel Hofstetter**
Ernährungsberater, Master of Food Science ETH,
Performance Nutrition
Ehemaliger Leistungssportler (u.a. Weltmeister
Triathlon Langdistanz)
- **Matthias Keller**
Physiotherapeut, Leiter OSINSTITUT ortho &
sport, Riederau, Deutschland
- **Prof. Dr. Jörn Kiselev**
Professor für Physiotherapie, Hochschule Fulda,
Deutschland
- **Prof. Dr. Jörg Spörri**
Leiter Forschung Sportmedizin, Universitäres
Zentrum für Prävention und Sportmedizin,
Universitätsklinik Balgrist

Mit freundlicher Unterstützung:



Caring Innovation



ab 08.30 *Registration & Willkommenskaffee*

08.50	Begrüssung	J. Scherr
--------------	------------	-----------

PRÄHABILITATION

Moderation: J. Scherr

09.00	Prähabilitation als Warm-up für muskuloskelettale Operationen – Evidenz und Perspektiven	P. Gränicher
--------------	--	--------------

09.30	Prähabilitation für Patienten im Praxistest: Ergebnisse einer großen Studie	J. Kiselev
--------------	---	------------

10.00	Prehabilitation in Elite Sports — Evidence Meets Clinical Experience	B. Artunes
--------------	--	------------

10.30 *Bewegungsimpuls und Kaffeepause*

VERLETZTE ATHLETINNEN & ATHLETEN

Moderation: J. Scherr

11.00	Comeback planen statt abwarten - Training als Schlüssel zur Rehabilitation	M. Keller
--------------	--	-----------

11.30	Ernährung als Gamechanger	D. Hofstetter
--------------	---------------------------	---------------

12.00 *Mittagessen und Austausch*

BACK TO SPORTS

Moderation: N. Wieloch

13.30	Zurück auf die Piste - Comeback auf Ski nach Verletzung der unteren Extremität	J. Spörri
--------------	--	-----------

14.00	Wieder abschlagen - Return to Golfing Activity after Joint Arthroplasty	N. Clement
--------------	---	------------

14.30	Matchball nach der Pause - Zurück auf den Tennisplatz nach Verletzung der oberen Extremität	S. Bouaicha
--------------	---	-------------

15.00 *Bewegungsimpuls und Kaffeepause*

ÜBERLASTUNG IM SPORT		<i>Moderation: N. Wieloch</i>
15.30	Overuse Injuries in Elite Athletes and Post-Career Health - Von der Belastung zur Balance	J. Scherr
16.00	Interview «Special Guest»	Moderation J. Scherr
17.00	Schlussworte	J. Scherr

***ab 17.00 Apéro mit Glühwein, Raclette und Marroni im
Park der Universitätsklinik Balgrist***

Universitätsklinik Balgrist

Forchstrasse 340
8008 Zürich, Schweiz
T + 41 44 386 11 11
info@balgrist.ch
www.balgrist.ch

