



## Programm

# 4. Zürcher Sportmedizin Symposium

## «Bewegungsapparat und Sport»

**Freitag, 5. Dezember 2025**

8.50 – 17.00 Uhr

Universitätsklinik Balgrist, Zürich



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 den Zürcher Kunstturner **Benjamin Gischard**, der einen Einblick in seine Karriere geben wird.

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](http://www.balgrist.ch/sportmedizin-symposium) oder via QR Code:



#### **Kontakt**

Stefanie Pfister  
Kongress-Sekretariat  
T + 41 44 386 38 33  
[kongresse@balgrist.ch](mailto:kongresse@balgrist.ch)

## Programm - Freitag, 5. Dezember 2025

---

**ab 08.30** *Registration & Willkommenskaffee*

---

<b>08.50</b>	Begrüssung	J. Scherr
	<b>PRÄHABILITATION</b>	<b>Moderation: J. Scherr</b>
<b>09.00</b>	Prähabilitation als Warm-up für muskuloskelet-tale Operationen – Evidenz und Perspektiven	P. Gränicher
<b>09.30</b>	Prähabilitation für Patienten im Praxistest: Er-gebnisse einer großen Studie	J. Kiselev
<b>10.00</b>	Prehabilitation in Elite Sports — Evidence Meets Clinical Experience	B. Artunes

---

**10.30** *Bewegungsimpuls und Kaffeepause*

---

	<b>VERLETZTE ATHLETINNEN &amp; ATHLETEN</b>	<b>Moderation: J. Scherr</b>
<b>11.00</b>	Comeback planen statt abwarten - Training als Schlüssel zur Rehabilitation	M. Keller
<b>11.30</b>	Ernährung als Gamechanger	D. Hofstetter

---

**12.00** *Mittagessen und Austausch*

---

	<b>BACK TO SPORTS</b>	<b>Moderation: N. Wieloch</b>
<b>13.30</b>	Zurück auf die Piste - Comeback auf Ski nach Verletzung der unteren Extremität	J. Spörri
<b>14.00</b>	Wieder abschlagen - Return to Golfing Activi-ty after Joint Arthroplasty	N. Clement
<b>14.30</b>	Matchball nach der Pause - Zurück auf den Ten-nisplatz nach Verletzung der oberen Extremität	S. Bouaicha

---

**15.00** *Bewegungsimpuls und Kaffeepause*

---

	<b>ÜBERLASTUNG IM SPORT</b>	<b>Moderation: N. Wieloch</b>
<b>15.30</b>	Overuse Injuries in Elite Athletes and Post-Career Health - Von der Belastung zur Balance	J. Scherr
<b>16.00</b>	Interview mit Benjamin Gischarde	Moderation J. Scherr
<b>17.00</b>	Schlussworte	J. Scherr

---

**ab 17.05** *Apéro mit Glühwein, Raclette und Marroni im Balgrist Park*

---

## Referentinnen und 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



Universitätsklinik Balgrist

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

