

ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT
FÜR ALPIN- UND HÖHENMEDIZIN

DEUTSCHE GESELLSCHAFT
FÜR BERG- UND EXPEDITIONSMEDIZIN

INSTITUT FÜR SPORTWISSENSCHAFTEN DER UNIVERSITÄT INNSBRUCK
IFFB SPORT- UND BEWEGUNGSWISSENSCHAFT DER UNIVERSITÄT SALZBURG

INTERNATIONALE LEHRGÄNGE FÜR ALPINMEDIZIN

Sekretariat: Univ.Prof.Dr.Franz Berghold, A-5710 Kaprun, Salzburger Platz 130 Tel: +43/6547/8227 Email: bergi@sbg.at

WINTERLEHRGANG

**Skitourenlehrgang mit Schwerpunkten Kälteschäden,
Lawinenmedizin und Höhenmedizin**

Termine: 21. bis 27. Jänner 2012

**Universitäts-Sportheim Planneralm
(Niedere Tauern)**

Einsteigerkurs empfohlen für Skitouren-Neulinge

14. bis 20. April 2012 Franz-Senn-Hütte (Stubai)

5. bis 11. Mai 2012 Franz-Senn-Hütte (Stubai)



Foto: M. Wildgruber

Lehrgangsführung: Univ.Prof.Dr.Franz Berghold, Kaprun/Österreich
Dr.Wolfgang Schaffert, Siegsdorf/Bayern

Programmübersicht

ALPINMEDIZINISCHE SEMINARE (20 Stunden)

Vermittlung von Spezialkenntnissen durch jeweils themenbezogene Gastreferenten in folgenden Themenbereichen:

- Hypothermie und Lawinenmedizin (2 Stunden)
- Strahlenschäden an Haut und Augen im Gebirge (2)
- Alpine Traumatologie (Teil 1) inklusive lokaler Kälteschäden (2)
- Höhenphysiologie (2)
- Medizin der Großen und Extremen Höhen (6)
- Höhentrekking und Höhenbergsteigen (2)
- Alpine Reisemedizin (1)
- Grenzen der Leistungsfähigkeit im Alpensport in verschiedenen Höhen (1)
- Orthopädische Erkrankungen & Schäden beim Bergsteigen und Sportklettern (2)

ALPINMEDIZINISCHE PRAXISÜBUNGEN (20 Stunden)

- Ärztliche Erstversorgung am Unfallort
- Ärztliche Betreuung im Notbiwak
- Lawinenrettungsmedizin
- Überlebensstrategien im alpinen Gelände
- Hyperbare Therapie im Gelände

ALPINISTISCHE AUSBILDUNG (20 – 40 Stunden)

Unser Lehrziel besteht aus einer Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten zur selbstständigen Durchführung von hochalpinen Skitouren mit einem skiläuferischen Können, das eine sichere Beherrschung von Stemmschwüngen bei jeder Schneeart im mittelsteilen Gelände (bis ca. 30 Grad Neigung) beinhaltet.

Aufgrund der unterschiedlichen skiläuferischen Fertigkeiten werden zwei Kursformen angeboten, die zwar in den medizinischen Seminarinhalten völlig ident sind, aber skiläuferisch auf unterschiedliche Vorkenntnisse aufbauen, wobei Tiefschneekenntnisse Voraussetzung für die alpinistische Eignung zum „Diploma in Mountain Medicine“ (Prüfungsvoraussetzung) sind. Alle drei Termine sind vollwertige Winterlehrgänge.

- **Einsteigerkurs für Skitouren-Neulinge (21. bis 27.Jänner 2012)**

Das Mittelgebirgsterrain der Planneralp (Niedere Tauern, 1600 bis ca 2200 m) ist im Hochwinter ideal zur Ausbildung von Anfängern sowohl im Skitourengehen als auch im Tiefschneefahren. Auch das Schneeschuh-Tourengehen, das Winterbergsteigen ohne Ski, findet auf diesem Kurs ebenso Platz wie das Snowboarden oder das Telemarken im Tiefschnee.

Auf diesem Einsteigerkurs kann die gesamte Tourenski-Ausrüstung vor Ort kostenlos ausgeliehen werden. Nur für Leih-Skibergschuhe wird eine Gebühr eingehoben.

- **Hochalpinkurs für Skitouren-Versierte (14. bis 20.April, 5. bis 11.Mai 2012)**

Diese Hochgebirgsregion erfordert skitechnische Tiefschneekenntnisse sowie eine solide körperliche Kondition für täglich mindestens fünfstündige Skibergtouren im hochalpinen Terrain. Die Verwendung von Schneeschuhen und anderen alternativen Wintersportgeräten ist hier nicht möglich.

Alpinistische Themenschwerpunkte in Theorie und Praxis:

- Alpinistische Fortbewegungstechniken
- Tourenplanung und Tourengestaltung
- Alpine Gefahren und Unfallkunde
- Seil- und Sicherungstechniken
- Rettungstechniken zur Selbst- und Kameradenhilfe
- Alpinistische Ausrüstungskunde
- Metereologie und Wetterkunde
- Kartenkunde und Orientierung, GPS
- Gletscher-, Schnee- und Lawinenkunde
- Gebirgskunde (Geologie)
- Biwakbau
- Alpine Natur und Umwelt

ALPINISTISCHE UND KÖRPERLICHE VORAUSSETZUNGEN

Man sollte an diesem Lehrgang nur bei guter Gesundheit teilnehmen. Beim Jännertermin werden Anfänger- und Fortgeschrittenengruppen gebildet. Bei gravierenden Konditions- oder Skitechnikmängeln kann aus Sicherheitsgründen ein Kursabbruch bei anteilsweiser Rückerstattung der Aufenthaltskosten nahe gelegt werden.

LEHRGANGSKOSTEN: € 883,--

Diese Lehrgangskosten beinhalten Halbpension, Nächtigung in Betten, Gepäcktransport, Leihausrüstung (Jännertermin), Bergführer (Kleingruppen mit individueller Betreuung), Seminarteilnahme, Lehrskriptum (CD-Rom) und weitere Lehrgangsunterlagen.

GEPLANTE ANRECHENBARKEITEN

International Diploma in Mountain Medicine: 1 Woche

Österreichische Sportarztausbildung: 20 Stunden Theorie, 12 Stunden Praxisseminar, 10 Stunden Ärztesport

Österreichische Notarztfortbildung: 10 Punkte (1 Tag)

Diplom-Fortbildungsprogramm der Österreichischen Ärztekammer: 18 DFP-Punkte

Fortbildungszertifikat der Bayerischen Ärztekammer: 27 Punkte