

SPONSORS / SPONSOREN

Nous remercions pour leur soutien aimable /
Wir danken für die freundliche Unterstützung:

AIRCAST

AXMED

**Orthopédie Technique
FELTEN Marco**

MBT
MASAI BAREFOOT TECHNOLOGY SINCE 1400BC

meditec
MEDICAL EQUIPMENT

MSD

**PETERS
SPORTS**

Avec la collaboration de / in Zusammenarbeit mit



Société Luxembourgeoise de
Médecine du Sport



Société Luxembourgeoise de
Kinésithérapie du Sport

ACCES / ANFAHRT

Centre National Sportif et Culturel
d'Coque, Luxembourg-Kirchberg

2, rue Léon Hengen
L-1745 Luxembourg
» Tél.: (00352) 43 60 60-1
» Fax: (00352) 42 33 15



CENTRE HOSPITALIER DE LUXEMBOURG
HÔPITAL MUNICIPAL • CLINIQUE PÉDIATRIQUE • MATERNITÉ • CLINIQUE D'EICH

Centre de l'Appareil Locomoteur,
de Médecine du Sport et de Prévention

WORKSHOP

**pour médecins, kinésithérapeutes
et entraîneurs / für Ärzte,
Physiotherapeuten und Trainer**

**“Nouveautés dans la prévention des
blessures sportives
en théorie et pratique
(1^{re} partie: Membre inférieur)”**

**“Neue Aspekte der Prävention von
Sportverletzungen
in Theorie und Praxis
(Teil 1: Untere Extremität)”**

**Samedi / Samstag, 17.12.2005
09.00 - 13.30 h**

**Centre National Sportif et Culturel
“d'Coque”, Luxembourg - Kirchberg**



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Département ministériel des Sports

d'Coque
Centre National Sportif & Culturel

09.00 **Bienvenue / Begrüßung***Dr A. Sax***Présentations / Referate***(Moderation: Prof. Dr A. Urhausen)*

Ruptures du ligament croisé antérieur du genou et entorses de cheville /
Verletzungen des vorderen Kreuzbandes und des Sprunggelenkes

Priv.-Doz. Dr R. Seil

Pubalgies et lésions musculaires de la cuisse /

Verletzungen von Leiste und Hamstrings

*Dr C. Nührenbörger*10.00 **Pause - Exposition / Ausstellung**10.30 **Pratique / Praxis***(Moderation R. Krecké)*

Station 1:

Ligament croisé antérieur-cheville /
Vorderes Kreuzband-Sprunggelenk

Station 2:

Adducteurs-Ischio jambiers /
Adduktoren-Hamstrings

11.30 **Pause - Exposition / Ausstellung**12.00 **Exercices d'échauffement /**

Aufwärmprogramm für die Praxis

*P. Feiereisen, R. Krecké, L. Radrizzi**D. Schaack, L. Wennig***Feiereisen Patrick, Kinésithérapeute**

Centre Hospitalier de Luxembourg

Krecké Roland, Kinésithérapeute

Centre Hospitalier de Luxembourg - Clinique d'Eich

Nührenbörger Christian, Dr

Médecine du Sport et de Prévention

Centre Hospitalier de Luxembourg - Clinique d'Eich

Radrizzi Laurent, Kinésithérapeute

Centre Hospitalier de Luxembourg - Clinique d'Eich

Sax Anik, Dr

Département Ministériel des Sports

Schaack Danièle, Kinésithérapeute

Centre Hospitalier de Luxembourg - Clinique d'Eich

Seil Romain, Priv.-Doz. Dr

Chirurgie Orthopédique

Centre Hospitalier de Luxembourg - Clinique d'Eich

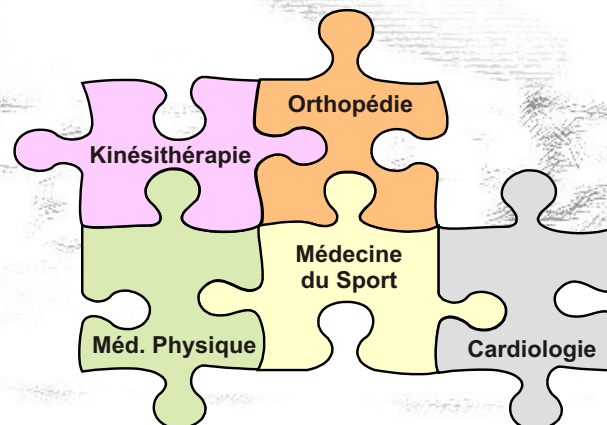
Urhausen Axel, Prof. Dr

Médecine du Sport et de Prévention

Centre Hospitalier de Luxembourg - Clinique d'Eich

Wennig Louis, Kinésithérapeute

Centre Hospitalier de Luxembourg - Clinique d'Eich

**Chers consoeurs et confrères, chers amis sportifs,**

De récents progrès en médecine du sport nous ont montré que les blessures tels que ruptures du ligament croisé antérieur, entorses de la cheville, claquages musculaires et autres ne sont pas forcément dus au hasard. Un grand nombre d'entre eux peuvent être évités par un entraînement spécifique et bien ciblé.

Le but de la première partie de cette matinée scientifique est de vous présenter les blessures les plus fréquentes des membres inférieurs et leurs mécanismes de survenue. En fin de matinée, nos kinés vont vous proposer des programmes de prévention pouvant facilement être intégrés dans les séances d'entraînement.

Liebe Kolleginnen und Kollegen, liebe Sportfreunde,

Neuere Erkenntnisse der Sportmedizin haben gezeigt, dass Verletzungen wie vordere Kreuzbandruptur, Sprunggelenks-distorsionen, Muskelrisse usw. nicht unbedingt zufällig auftreten. Vielmehr kann eine große Anzahl dieser Unfälle durch ein gezieltes Training vermieden werden.

Ziel des ersten Teils unseres Veranstaltungsmorgens ist die Vorstellung der häufigsten Verletzungen der unteren Extremitäten und deren Entstehungsmechanismen. Im zweiten Teil stellen Ihnen unsere Physiotherapeuten Übungsprogramme zur Vorbeugung vor, die einfach in das Training integriert werden können.

Dr Anik Sax
Priv.-Doz. Dr Romain Seil
Prof. Dr Axel Urhausen



CENTRE HOSPITALIER DE LUXEMBOURG

HÔPITAL MUNICIPAL ■ CLINIQUE PÉDIATRIQUE ■ MATERNITÉ ■ CLINIQUE D'EICH

**Centre de l'Appareil Locomoteur,
de Médecine du Sport et de Prévention**

WORKSHOP

**pour médecins, kinésithérapeutes
et entraîneurs / für Ärzte,
Physiotherapeuten und Trainer**

**“Nouveautés dans la prévention
des blessures sportives
en théorie et pratique
(1^e partie: Membre inférieur)”**

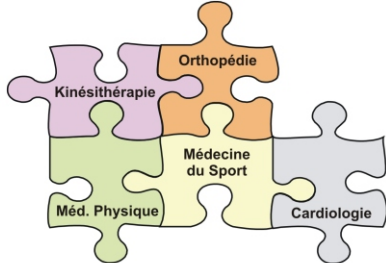
**“Neue Aspekte der Prävention
von Sportverletzungen
in Theorie und Praxis
(Teil 1: Untere Extremität)”**

**Samedi / Samstag, 17.12.2005
09.00 - 13.30 h**

**Centre National Sportif et Culturel
“d’Coque”, Luxembourg - Kirchberg**



**LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG**
Département ministériel des Sports



CENTRE DE L'APPAREIL LOCOMOTEUR, DE MEDECINE DU SPORT ET DE PREVENTION

Mme Sandy Kirsch

CHL - Clinique d'Eich

78, rue d'Eich

L-1460 Luxembourg

Je confirme ma participation au workshop /
Hiermit erkläre ich meine Teilnahme am Workshop.

Le nombre de participants est limité.

Les frais de participation de 20 € seront versés sur:
IBAN LU 06 1111 2411 7634 0000 /

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Die Teilnahmegebühr von
20 € überweise ich auf: IBAN LU 06 1111 2411 7634 0000

Ne pas oublier la tenue de sport svp. /
Sportsachen bitte nicht vergessen

- ☐ ich verstehe ausschließlich deutsch
- ☐ je comprends uniquement le français
- ☐ je comprends les 2 langues / beide Sprachen möglich

Nom, Prénom:

Fédération, Fonction:

Rue, nr.:

CP, Ville / Pays:

E-mail:

Date /Signature: