



«Think bigger»

# EINLADUNG

## GESUNDHEITSTAG

Netzwerktagung der Bewegungs-,  
Fitness- und Physiobranche

**Wettbewerb**  
Preise im  
Gesamtwert von  
CHF 10 000.-  
(Infos: Seite 13)



Freitag, 31. Mai 2024

**B**

**G**

**B**

**Schweiz**







# Der wichtigste Tag für unsere Branche

## Gesundheitstag 2024

Think bigger! Der Branchentag wird zum Gesundheitstag. Wir freuen uns, neu auch Vertreter der Physiotherapie-Branche am Netzwerktreffen begrüßen zu dürfen. Wir sind die Fachleute, die den Menschen gesundheitsorientierte Bewegung vermitteln, damit sie länger gesund bleiben.

Die Vorstände des Berufsverbandes für Gesundheit und Bewegung BGB Schweiz und des Schweizerischen Fitness- und Gesundheitscenter Verbandes SFGV heissen Sie herzlich willkommen zur sechsten gemeinsam durchgeführten Netzwerktagung.

Erleben Sie einen unbeschwerten Tag mit abwechslungsreichen und spannenden Workshops rund um die Berufswelt der Bewegungs-, Fitness- und Physiobranche. Holen Sie sich neue Geschäftsideen für Ihr Unternehmen. Tauschen Sie sich beim Besuch der Fachausstellung mit Fachleuten und Berufskolleginnen und -kollegen aus und erfahren Sie mehr über die neuesten Trends und massgeschneiderten Business-Strategien.

Geniessen Sie einen Tag in entspannter Atmosphäre und freuen Sie sich auf ein rauschendes Fest am Flying Dinner am Abend. Wir feiern 30 Jahre SFGV!

Melden Sie sich früh genug an und verpassen Sie auf keinen Fall diesen wichtigen Tag:  
<https://forms.sfgv.ch/gesundheitstag/>  
[www.bgb-schweiz.ch/dienstleistungen/gesundheitstag-2024/](http://www.bgb-schweiz.ch/dienstleistungen/gesundheitstag-2024/)

**Jetzt anmelden!**



Zum Networking-Event der Bewegungs-, Fitness- und Physiobranche  
 Anmeldefrist: 10. Mai 2024

«Als Zwerg muss man das tun, was die Riesen nicht können.»

Claude Ammann – Präsident SFGV

«Denke auch du grösser!»

Susanne Gysi und Irene Berger – Co-Präsidentinnen BGB Schweiz

Gemeinsam für die Gesundheit!



«Zusammen sind wir stark!»

Dario Häusler, Geschäftsführer Sportcenter Ägeri

«Inhabergeführte Fitnesscenter bieten eine überdurchschnittliche Qualität auf jeder Ebene.»

Markus Egli, Center-Leiter Fitness Zentrum Wetzikon



«Engagiert für die Mitglieder.»

Manuela Wagner und Mariette Inderbitzin, BGB-Geschäftsstelle

«Netzwerken lohnt sich.»

Alexander Martinez (rechts), BGB-Mitglied und Kursanbieter





# Programmübersicht

## Gesundheitstag 2024

Netzwerktreff der Bewegungs-, Fitness- und Physiobranche

*Freitag, 31. Mai 2024*

*9.00 Uhr – Foyer Aare*

### **Begrüßungskaffee Teilnehmer BGB**

Garderobe BGB Schweiz im Panorama 7 (offen von 9.30 bis 17.00 Uhr)

*9.30 Uhr – Foyer Aare*

### **Begrüßungskaffee Teilnehmer Physiotherapie-Workshops**

*10.00 Uhr – Hauptsaal Aare*

### **Mitgliederversammlung BGB**

*10.15 Uhr – Raum Aare 1*

### **1. Teil Vorträge Physiotherapie**

*10.30 Uhr – Forum West*

### **Together-Apéro Teilnehmer Gesundheitstag und Mitglieder SFGV**

Eröffnung der Ausstellung Bewegung, Fitness und Physio

*11.45 Uhr – Forum West*

### **BGB-Showeinlage**

Bewegung und Unterhaltung / Networking

*12.00 Uhr – Hauptsaal Aare*

### **Mitgliederversammlung SFGV**

*12.05 Uhr – Forum West*

### **Lunch und Besuch der Ausstellung für BGB und Physiotherapie**

Austausch mit Ausstellern und Berufskolleginnen und -kollegen.  
Stehlunch mit Burger Live Station, Pasta- und Erfrischungs-Bufferet.

*13.10 Uhr – Raum Aare 1*

### **2. Teil Vorträge Physiotherapie**

*13.30 Uhr – Forum West*

### **Lunch und Besuch der Ausstellung für SFGV**

Austausch mit Ausstellern und Berufskolleginnen und -kollegen.  
Stehlunch mit Burger Live Station, Pasta- und Erfrischungs-Bufferet.

*13.45 Uhr – Panorama 1, 3 und 4*

### **Workshops BGB**

*14.00 bis 15.30 Uhr*

### **Besuch Ausstellung**

*15.45 Uhr – Raum Aare 1*

### **Workshops SFGV**

*16.30 Uhr – Hauptsaal Aare*

### **Abschlussvortrag mit Andreas Bredenkamp**

*17.30 Uhr*

### **Besuch der Ausstellung**

Apéro, coming together und Einstimmung auf das Flying Dinner

*18.30 Uhr – Arena*

### **Flying Dinner**

- Jubiläumsparty – 30 Jahre SFGV
- Ermittlung der Gewinner des Wettbewerbs mit der Preissumme von CHF 10 000.–
- DJ Dan le Blonde & Friends / Showact / Open Party bis 02.00 Uhr



# Tagesprogramm

## Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenter Verband

### Netzwerktreff der Bewegungs-, Fitness- und Physiobranche

Der SFGV hat seit vielen Jahren eine Vorreiterrolle in der Branche und hat sich auch in schwierigen Zeiten voll für seine Mitglieder eingesetzt. Obwohl der Branchenverband sehr schlank aufgestellt ist, wurde das Angebot in den letzten Jahren massiv ausgebaut. Die Mitglieder profitieren auf verschiedenen Ebenen von den umfassenden Dienstleistungen ([www.sfgv.ch](http://www.sfgv.ch) > Dienstleistungen). Vom Zertifizierungssystem Fitness-Guide für die Präventionsbeiträge der Krankenversicherungen bis zum Netzwerk Fitworx für Gasttraining in der ganzen Schweiz erhalten die Mitglieder des SFGV alles aus einer Hand. Besuchen Sie den Stand des SFGV, um mehr zu erfahren.

Alle Infos zum SFGV:  
[www.sfgv.ch](http://www.sfgv.ch)



### Freitag, 31. Mai 2024

10.30 bis 12.00 Uhr – Forum West

#### Together-Apéro

Besuch der Aussteller, Knüpfung von Kontakten

12.00 bis 13.30 Uhr – Hauptsaal Aare

#### Mitgliederversammlung mit Keynote von Andreas Bredenkamp

13.30 bis 15.45 Uhr – Forum West

#### Lunch und Besuch der Ausstellung

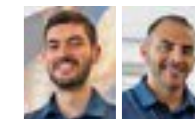
Austausch mit Ausstellern und Berufskolleginnen und -kollegen.  
Stehlunch mit Burger Live Station, Pasta- und Erfrischungs-Bufferet.

15.45 bis 16.15 Uhr – Hauptsaal Aare

Workshop 1

#### José Fabricio und Miguel Peláez: Die Zukunft heisst «Training und Therapie» (französische Übersetzung)

Wir laden unsere Branchenkollegen herzlich zu unserem Vortrag ein. Dieser konzentriert sich auf die fortschrittliche Integration von Training und therapeutischen Ansätzen in der Gesundheits- und Fitnessbranche. Entdecken Sie mit uns, wie die Kombination aus zielgerichtetem Training und evidenzbasierter Therapie nicht nur die Leistungsfähigkeit, sondern auch die therapeutische Effektivität steigern kann. Wir zeigen Ihnen gerne, wie Sie diese Synergie in der Praxis umsetzen können, um Wettbewerbsvorteile zu erzielen. Dieser Vortrag bietet eine ausgezeichnete Gelegenheit zum Austausch über innovative Geschäftsmodelle und zur Netzwerkbildung mit führenden Köpfen der Branche. Wir freuen uns darauf, gemeinsam mit Ihnen innovative Wege zu erkunden, um die Gesundheits- und Fitnessbranche weiter voranzubringen.



José Fabricio und Miguel Peláez  
Geschäftsführer CorpoSana

15.45 bis 16.15 Uhr – Raum Aare 1

Workshop 2

#### Daniel Locher und Manuela Treuthardt: Gemeinsam mehr erreichen – das Potenzial der Verbindung von Physiotherapie und Fitness

In unserem Workshop erfahren Sie, dass eine harmonische Zusammenarbeit zwischen Fitness und Physiotherapie nicht nur möglich ist, sondern auch erfolgreich sein kann. Wir zeigen Ihnen, wie Sie ein nahtloses Kundenerlebnis schaffen, wodurch Patienten zu treuen Kunden werden, deren Gesundheit und Wohlbefinden von der Kombination der beiden Bereiche profitieren.



Daniel Locher  
Physiotherapeut, physio5  
Manuela Treuthardt  
Spez. Bewegungs-/Gesundheitsförderung  
eidg. FA, fitness5

16.30 bis 17.30 Uhr – Hauptsaal Aare

Vortrag

#### Abschlussvortrag mit Andreas Bredenkamp (französische Übersetzung)

Wie die industrielle Revolution, so wird auch die digitale Revolution die Welt verwandeln. Sich diesem Wandel entgegenstellen zu wollen, hiesse verhindern zu wollen, dass die Welt sich weiterdreht. Die Zukunft wird deshalb im Mut zur Veränderung liegen. Und wie diese Veränderungen aussehen könnten, das soll Gegenstand des Vortrages von Andreas Bredenkamp sein.



Andreas Bredenkamp  
Sportwissenschaftler, Buchautor  
und Motivationstrainer

17.30 bis 18.30 Uhr

#### Besuch der Ausstellung

Apéro, coming together und Einstimmung auf das Flying Dinner

18.30 Uhr – Arena

#### Flying Dinner

- Jubiläumsparty – 30 Jahre SFGV
- Ermittlung der Gewinner des Wettbewerbs mit der Preissumme von CHF 10 000.–
- DJ Dan le Blonde & Friends / Showact / Open Party bis 02.00 Uhr





# Tagesprogramm

## Berufsverband für Gesundheit und Bewegung Schweiz

Netzwerktreff der Bewegungs-, Fitness- und Physiobranche

Der BGB Schweiz vereint Bewegungsfachleute, Bewegungs- und Tanzcentern, branchenspezifische Ausbildungsinstitute sowie Auszubildende. Unsere Vielfalt ist unsere Stärke. Mit uns bist du in der Branche vernetzt, profitierst von vielen Vorteilen für dein Business und bleibst am Puls des Bewegungsmarktes!

**B  
G B Schweiz**

Freitag, 31. Mai 2024

9.00 bis 10.00 Uhr – Foyer Aare

### Begrüßungskaffee

Garderobe BGB Schweiz im Panorama 7 (offen von 9.30 bis 17.00 Uhr)

10.00 bis 11.30 Uhr – Hauptsaal Aare

### Mitgliederversammlung mit Keynote von Andreas Bredenkamp

11.45 bis 12.00 Uhr – Forum West

### BGB-Showeinlage

Bewegung und Unterhaltung / Networking

Ab 12.05 Uhr – Forum West

### Lunch und Besuch der Ausstellung

Networking / Besuch Ausstellung

Alle Infos zum BGB Schweiz:  
[www.bgb-schweiz.ch](http://www.bgb-schweiz.ch)



13.45 bis 14.45 Uhr und 15.00 bis 16.00 Uhr – Panorama 1

Praxis-Workshop

### Achtsamkeit mit Erica Fankhauser

«Embodied Dance and Meditation ist mehr als nur ein Workshop», sagt Achtsamkeitsexpertin Erica Fankhauser. Es ist eine Gelegenheit, die Verbindung zwischen Körper, Geist und Seele zu stärken. Die Teilnehmenden werden ermutigt, in den Fluss ihrer eigenen Bewegungen einzutauchen, Stress abzubauen und innere Ruhe zu finden. Erica ist eine bemerkenswerte Persönlichkeit, die durch ihre intuitive und einfühlsame Art Menschen dort abholen kann, wo sie gerade stehen. Ihre fröhliche und lebensbejahende Art ist ansteckend. Beeindruckende 32 Jahre lang hat die 58-Jährige als Bewegungs- und Sportlehrerin gearbeitet. Vor rund zehn Jahren wagte sie den Schritt in die Selbstständigkeit und eröffnete ihr eigenes Achtsamkeitsstudio, in dem sie ihre Leidenschaft für Achtsamkeit in all ihren Facetten auslebt.



Erica Fankhauser  
Achtsamkeitsexpertin

13.45 bis 14.45 Uhr und 15.00 bis 16.00 Uhr – Panorama 3 + 4

Praxis-Workshop

### Spiraldynamik® mit Tiziana Weibel

Wenn sich Anatomie und Achtsamkeit bewusst begegnen, entsteht eine neue Qualität und Freiheit der Bewegung. In diesem Workshop vermittelt Tiziana Weibel, Medical Trainer und Dozentin der Spiraldynamik®, die achtsame Aufrichtung der Wirbelsäule zwischen Kopf und Becken. Ziel des Workshops ist es, die achtsame Aufrichtung der Wirbelsäule als Prozess am eigenen Körper wahrzunehmen. «Alles, was mit Bewegung zu tun hat, begleitet und begeistert mich schon mein ganzes Leben», erzählt Tiziana Weibel. Die Neugier, den eigenen Körper und die Qualität von Bewegungsabläufen besser zu verstehen, schickte Tiziana auf Entdeckungsreise. Im Spiraldynamik®-Basic-Kurs 2014 hat sie ihre Passion gefunden: fundierte, anatomisch präzise Ansätze, die ihre eigene Haltung und die der Teilnehmenden positiv verändern.



Tiziana Weibel  
Medical Trainer und  
Dozentin der Spiraldynamik®

13.45 bis 14.45 Uhr und 15.00 bis 16.00 Uhr – Szenario 1

Theorie-Workshop

### Ernährungspsychologie mit Nicolai Loboda

Warum essen wir, was wir essen? Dieser Frage geht der Gesundheits- und Ernährungsspezialist Nicolai Loboda im Theorie-Workshop nach. In seinem Vortrag beleuchtet er die wichtigsten psychologischen Hintergründe unserer Essgewohnheiten. «Ich möchte mit den gängigsten Irrtümern aufräumen, was gesund ist und was nicht», sagt der gebürtige Rheinländer und fügt hinzu: «Ausserdem werden Sie nach diesem Vortrag endlich verstehen, warum Getreide problematisch ist und warum Milchprodukte nicht zu Unrecht einen so schlechten Ruf haben.» Nicolai Loboda hat verschiedene Ausbildungen, Studiengänge und Weiterbildungen im Gesundheitsbereich absolviert und ein interdisziplinäres Gesundheitszentrum gegründet. Er unterrichtet für PNI Europe und die kPNI Akademie Bonn und ist national und international als Dozent an Universitäten, Fachhochschulen, auf Symposien und Kongressen tätig.



Nicolai Loboda  
Gesundheits- und  
Ernährungsspezialist

16.30 bis 17.30 Uhr – Hauptsaal Aare

Vortrag

### Abschlussvortrag mit Andreas Bredenkamp

Wie die industrielle Revolution, so wird auch die digitale Revolution die Welt verwandeln. Sich diesem Wandel entgegenstellen zu wollen, hiesse verhindern zu wollen, dass die Welt sich weiterdreht. Die Zukunft wird deshalb im Mut zur Veränderung liegen. Und wie diese Veränderungen aussehen könnten, das soll Gegenstand des Vortrages von Andreas Bredenkamp sein.



Andreas Bredenkamp  
Sportwissenschaftler, Buchautor  
und Motivationstrainer

17.30 bis 18.30 Uhr

### Besuch der Ausstellung

Apéro, coming together und Einstimmung auf das Flying Dinner

18.30 Uhr – Arena

### Flying Dinner

- Jubiläumsparty – 30 Jahre SFGV
- Ermittlung der Gewinner des Wettbewerbs mit der Preissumme von CHF 10 000.–
- DJ Dan le Blonde & Friends / Showact / Open Party bis 02.00 Uhr



# Tagesprogramm

## Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenter Verband Physiotherapie

### Netzwerktreff der Bewegungs-, Fitness- und Physiobranche

Dieses Jahr sind zum ersten Mal auch Physiotherapeut:innen zum Netzwerktreffen eingeladen. Auch das Workshop-Programm und die Ausstellung wurde entsprechend erweitert. Das hat einen einfachen Grund: Viele Physiotherapiepraxen bieten jetzt auch Fitness-Abos und einen Fitnessbereich mit entsprechenden Geräten an. Gleichzeitig werden in immer mehr Fitness- und Gesundheitscentern Physiotherapiepraxen integriert. Die Zusammenarbeit beider Branchen macht auch aus Sicht der Kunden und Patienten sehr viel Sinn.

**Freitag, 31. Mai 2024**

10.15 bis 11.00 Uhr – Raum Aare 1

#### Dr. Axel Daase: Schmerzpille kontra «Regulative Schmerztherapie»

Der 40-minütige Vortrag «Schmerzpille kontra regulative Schmerztherapie» beschäftigt sich mit der physiologischen Wirksamkeit der regulativen Schmerztherapie und der therapeutischen Behandlung der Schmerzursachen. Im Vortrag wird erklärt, dass Schmerzen ein Resultat von Regulationsstörungen im Körper sind und nicht einfach unterdrückt werden sollten, wie es bei Schmerzpillen der Fall ist. Anhand von Fallbeispielen und wissenschaftlichen Studien werden verschiedene Methoden der regulativen Schmerztherapie vorgestellt. Diese Methoden zielen darauf ab, die Ursachen der Schmerzen zu behandeln und die Selbstregulationsmechanismen des Körpers zu unterstützen.

\*PhDr. Axel Daase, Schmerztherapeut, Diplom-Physiotherapeut FH, Sportphysiotherapeut VPT/DFZ, promovierter Gesundheits-Pflegewissenschaftler, Naturheilpraktiker, spezialisiert in manueller Medizin, komplementärmedizinischer Schmerztherapie, präventiv-rehabilitativer Bewegungslehre, Referent/Ausbildner/Supervisor/Buchautor

Alle Infos zum SFGV:  
[www.sfgv.ch](http://www.sfgv.ch)



**Dr. Axel Daase\***  
Physiotherapeut, Schmerztherapeut, Referent und Buchautor

11.15 bis 12.00 Uhr – Raum Aare 1

#### PD Dr. med. Dominic Mathis: Künstliche Intelligenz in der Orthopädie – was dürfen wir erwarten?

Dominic Mathis, PD Dr. med., arbeitet seit 2023 in der Praxisgemeinschaft Clarahof in Basel als Orthopädischer Chirurg und ist habilitiert an der Universität Basel. Mit einem Schwerpunkt auf konservativen sowie operativen Therapieansätzen bietet er eine ganzheitliche Versorgung für Patientinnen und Patienten mit Gelenkbeschwerden. In seinem operativen Spezialgebiet widmet er sich nicht nur dem Gelenkersatz, sondern auch der rekonstruktiven und gelenkerhaltenden Chirurgie des Kniegelenkes. Als Mitglied des Forschungskomitees einer internationalen Fachgruppe engagiert sich Dominic Mathis aktiv für den Fortschritt, insbesondere die Digitalisierung in der Medizin. Ein spezieller Fokus liegt auf der Anwendung künstlicher Intelligenz (KI) im medizinischen Bereich. Aktuell befinden wir uns in einer Phase exponentiellen Wachstums bei der Nutzung von KI. Knapp 90% der KI-Forschung in der Orthopädie und Traumatologie wurden in den letzten drei Jahren veröffentlicht. In der Mehrzahl der Untersuchungen wurde KI zur Bildinterpretation oder als klinisches Entscheidungsinstrument eingesetzt. Mit der Verbesserung der Datenerfassung verbessern sich auch die mit KI assoziierten Möglichkeiten einer genaueren Diagnostik, von patientenspezifischen Behandlungsansätzen, verbesserter Ergebnisvorhersage und erweiterter Ausbildung. KI bietet einen potenziellen Weg, um Ärztinnen und Ärzte zu unterstützen und gleichzeitig den Wert der Behandlung zu maximieren. Ein grundlegendes Verständnis dafür, was KI beinhaltet und wie sie sich auf die Orthopädie und die Patientenversorgung auswirken kann, ist unerlässlich.



**PD Dr. med. Dominic Mathis**  
Orthopädischer Chirurg in der Praxisgemeinschaft Clarahof in Basel

12.00 bis 13.00 Uhr – Forum West

#### Lunch und Besuch der Ausstellung

Austausch mit Ausstellern und Berufskolleginnen und -kollegen.

13.10 bis 13.50 Uhr – Raum Aare 1

#### Dr. med. Bernhard Christen: Was bringt die bildgestützte Roboterassistenz in der Knieprothetik?

Seit 2018 befassen wir uns intensiv mit der bildgestützten Roboterarm-assistierten Implantation von Knie- und Hüftprothesen und haben damit weit über 1000 Operationen durchgeführt. Es erfolgt eine digitale Planung anhand eines Computertomogramms mit dreidimensionaler Rekonstruktion der knöchernen Gelenkoberfläche. Diese Planung kann während der Operation laufend angepasst und feinjustiert werden unter Einbezug der Bandspannung und von Knorpelpunkten. Mit dem Roboter wird dann die einmal festgelegte definitive Planung perfekt umgesetzt. Hauptziel der Technologie ist es, die Prothetik weiter zu personalisieren und die Prothesenkomponenten nach den spezifischen anatomischen Verhältnissen individuell möglichst perfekt auszurichten. Die Robotertechnologie ermöglicht, die Indikation für Teilprothesen am Kniegelenk auszuweiten, ohne dass damit die Frührevisionsrate steigt. Gerade beim älteren Menschen werden mit der Teilprothese im Vergleich zu den Totalprothesen die perioperativen Risiken bis um den Faktor drei reduziert, es verkürzt sich die Rehabilitationsdauer. Die Jüngeren profitieren von der höheren Funktionalität und besseren Sportfähigkeit der Teilprothesen durch Erhalt der beiden Kreuzbänder. Ist dennoch eine Totalprothese erforderlich, verbessert sich auch hier die Funktion durch optimierte anatomische Rekonstruktion des Gelenks inklusive der Bandspannung.



**Dr. med. Bernhard Christen**  
Master of Health Administration MHA,  
Senior Consultant in der Praxis articon AG  
am Hirslanden Salem-Spital in Bern

13.55 bis 14.15 Uhr – Raum Aare 1

#### Selina Leippert: Rehabilitation nach Knieprothese – über die Alltagsfunktion hinaus, zurück in den Sport!

Immer öfter trifft die Diagnose «Arthrose» auch jüngere oder noch sehr aktive Menschen. Für diese Patienten ist es zentral, was nach einer Prothesenversorgung wieder möglich sein wird. Die Anforderung an die Prothese und Rehabilitation steigen. Wie sieht die gezielte Rehabilitation von bildgestützten Roboterarm-assistierten Knie- und Teilprothesen bei uns aus? Was sind unsere physiotherapeutischen Erfahrungen und wie bringe ich einen Patienten wieder zurück in den Sport oder zu seinen bevorzugten Aktivitäten? Ziel ist es, einen Einblick in die Prähabilitation und Rehabilitation nach Knie- und Teilprothesen zu erhalten, wenn der Patient mehr erwartet als bloss die grundlegenden Alltagsfunktionen wie Treppensteigen oder Spazieren wieder zu erlangen.



**Selina Leippert**  
dipl. Physiotherapeutin HF,  
MSc. Sports Physiotherapy (Salzburg),  
Physiotherapie Trautmann in Bümpliz  
und Hirslanden Klinik Permanence



14.25 bis 15.05 Uhr – Raum Aare 1

### Dr. med. Marcel Isay: Die Rotatorenmanschette beim jungen und älteren Sportler

Erkrankungen und Verletzungen der Rotatorenmanschette gehören zu den häufigsten Diagnosen am Schultergürtel und können je nach Ausmass zu langen Arbeitsunfähigkeiten führen. Auf der anderen Seite kommt in einer Population, die heutzutage bis ins hohe Alter sportlich aktiv sein möchte, der Rotatorenmanschettenläsion eine hohe sozioökonomische Bedeutung zu. Es sollte möglichst früh eine Diagnose gestellt werden, damit effizient therapiert werden kann. Welche Untersuchungsmethoden bieten sich an? Gibt es Unterschiede bei der Behandlung von jüngeren gegenüber älteren Sportlern? Wann kann konservativ behandelt werden? Wann ist eine Operation unumgänglich? Im Vortrag werden diese Themen behandelt und kritisch hinterfragt.



Dr. med. Marcel Isay  
Partner Gemeinschaftspraxis Clarahof Basel,  
Spezialist Schulterchirurgie und  
arthroskopische Eingriffe am Knie

15.10 bis 15.40 Uhr – Raum Aare 1

### Sabrina Frey: Die Rotatorenmanschette – wichtigster dynamischer Stabilisator der Sportlerschulter: Erfolgsfaktoren einer funktionell progressiven Reha

Schmerzen im Bereich der Schulter stehen mit 16% an dritter Stelle aller muskuloskelettalen Beschwerden. Das Rotatorenmanschetten Syndrom umfasst 90% aller nicht traumatischen Schultererkrankungen.

Die Rotatorenmanschette (RM) ist verantwortlich für die aktive Stabilität und Führung der Sportlerschulter. Diese Zentriermanschette umfasst den Humeruskopf und stabilisiert ihn in der Gelenkpfanne während Dreh- und Hebebewegungen. Nur bei stabilem Drehzentrum vermag die RM und Schultergürtelmuskulatur problemlos zu funktionieren und Kraft wie auch Präzision zu entfalten.

Überlastungen im Alltag (z.B. PC-Arbeit) oder im Sport (Überkopftätigkeiten) können zu muskulären Dysbalancen der RM und Schultergürtelmuskulatur führen. Dadurch entwickelt sich eine Dezentrierung im Schultergelenk, was Schmerzen im Alltag und Sport auslösen kann.

Entscheidend für die Rehabilitation und das Erlangen einer erfolgreichen, schmerzfreien Kraftleistung der Sportlerschulter ist ein progressiver, individueller Aufbau. Dieser erreicht mittels funktioneller alltags- und sportartspezifischer Trainingsübungen eine proximale Stabilität (Rumpf und UEX), eine Scapula-Kontrolle und eine glenohumerale Zentrierung.



Sabrina Frey  
Dipl. Sportlehrerin,  
Sportphysiotherapeutin MAS,  
Medical Fitness Team Basel

16.30 bis 17.30 Uhr – Hauptsaal Aare

### Abschlussvortrag mit Andreas Bredenkamp

Wie die industrielle Revolution, so wird auch die digitale Revolution die Welt verwandeln. Sich diesem Wandel entgegenstellen zu wollen, hiesse verhindern zu wollen, dass die Welt sich weiterdreht. Die Zukunft wird deshalb im Mut zur Veränderung liegen. Und wie diese Veränderungen aussehen könnten, das soll Gegenstand des Vortrages von Andreas Bredenkamp sein.



Andreas Bredenkamp  
Sportwissenschaftler, Buchautor  
und Motivationstrainer

17.30 bis 18.30 Uhr

### Besuch der Ausstellung

Apéro, coming together und Einstimmung auf das Flying Dinner

18.30 Uhr – Arena

### Flying Dinner

- Jubiläumsparty – 30 Jahre SFGV
- Ermittlung der Gewinner des Wettbewerbs mit der Preissumme von CHF 10 000.–
- DJ Dan le Blonde & Friends / Showact / Open Party bis 02.00 Uhr



# Wettbewerb

Nutzen Sie die Chance, Preisgelder im Gesamtwert von CHF 10000.– zu gewinnen. Einlösbar für einen Einkauf bei einem Aussteller am Gesundheitstag 2024.

1. Preis: CHF 3000.–
2. Preis: CHF 2500.–
3. Preis: CHF 2000.–
4. Preis: CHF 1500.–
5. Preis: CHF 1000.–

Die Besucher müssen auf dem Ausstellerverzeichnis ihre Besuche bei den Ausstellern mit dem jeweiligen Stempel des Ausstellers bestätigen lassen. Wer alle Aussteller-Stempel abgeholt hat, nimmt an der Verlosung teil. Teilnahmeberechtigt sind Personen, die in ihrem Unternehmen Einkaufskompetenz haben. Die Verlosung findet im Rahmen des Flying Dinners statt.

Preissumme gesponsert von:







## Event-Partner

### Best4Health GmbH

Generalvertretung InBody Schweiz, dem weltweit führenden Analysegerät zur Bestimmung der Körperzusammensetzung.



### Domitner GmbH

Für Ärzte, Therapeuten und Fitnessstudios sind wir der richtige Partner im Sport- und Gesundheitsbereich für Therapie- und Diagnosegeräte, Fitnessequipment und Konzepte zur Steigerung des Umsatzes unserer Kunden.



### Echino AG

Echino ist eine ALL-IN-ONE-Lösung, einfach und äusserst wirksam sowie 100% SWISS MADE. Sie sparen Zeit in der Verwaltung, steigern Ihre Leistung und vermeiden unnötige Kosten. Profitieren Sie von unseren revolutionären Funktionen: Automatisierung Ihrer Verwaltungsprozesse, Abschied vom Papier dank des Digitalvertrags und gezieltes Marketing, um immer in Kontakt mit Ihren Mitgliedern zu bleiben. Testen Sie uns! [www.echino.com](http://www.echino.com)



### EGYM

EGYM ist ein weltweit führender Anbieter von technologiegestützten Workout-Lösungen für Fitness- und Gesundheitseinrichtungen. Das umfassende Angebot an vernetzten Fitnessgeräten und digitalen Produkten lässt sich nahtlos in Hard- und Software von Drittanbietern integrieren und macht das Training smarter und effizienter. Das Ergebnis ist ein Ökosystem für Fitnesstechnologie. Trainierende profitieren von einem vollständig vernetzten Trainingserlebnis innerhalb und ausserhalb des Studios mit datengestützten Trainings- und Gesundheitsergebnissen.



### Fimex Distribution AG/Technogym

Dank unserer Total-Wellness-Lösung bieten wir jedem Kunden massgeschneiderte integrierte Produkte und Serviceleistungen an, die von der Projektentwicklung bis zur Gründung und Verwaltung der eigenen Einrichtung reichen.



### Johnson Health Tech.

Johnson Health Tech./Matrix ist ein Full-Service-Provider für Fitness- und Trainingsequipment. Wir bieten professionelle, massgeschneiderte und zielgruppengerechte Trainingsysteme und Konzepte sowie ein umfassendes und auf die Bedürfnisse unserer Kunden ausgerichtetes Service- und Dienstleistungsangebot.



### mañana GmbH

Pump it App ist die Zukunft des Gesundheitscoachings für Fitnessprofis und Physios. Digitalisierte Trainingspläne, effizientes Management und maximale Zeiteinsparung. Die innovative und intuitive All-in-One-Lösung für die Gesundheit der Trainierenden. Entwickelt von Profis für Profis.



### MEDiDOR

Seit über 30 Jahren ist MEDiDOR der Komplettanbieter für Therapie, Praxis, medizinischen Fachhandel sowie Sport und Pilates. Wir betreuen unsere Fachkunden fachkompetent, dienstleistungsorientiert und schnell, damit sie von unterschiedlichen Vorteilen profitieren können. Gerne unterstützen wir Sie, damit Sie sich auf die Arbeit mit Menschen konzentrieren können.



### milon alpine AG

Die milon alpine AG ist der exklusive Distributor der Produkte milon und five in der Schweiz. Sie bietet konzeptionelle Beratung für die Fitness-, Physio- und Gesundheitsbranche. milon steht für innovative und hochwertige Trainingskonzepte sowie für einfaches, sicheres und effizientes Training. Das Unternehmen zählt zu den Vorreitern in Sachen Vernetzung und Digitalisierung.



### Neogate AG

Neogate ist der ideale Ansprechpartner für professionelle IT-Lösungen in Freizeitanlagen. Die innovativen Systemlösungen von Neogate automatisieren Arbeitsprozesse und Abläufe in Ihrem Unternehmen, von der Abrechnung über Kassensysteme und Mitgliederverwaltung bis hin zur Zutrittskontrolle.



### Precor Switzerland

Premium-Fitness für die ganze Welt. Seit über 40 Jahren bieten wir unseren Kunden umfassende Fitnesslösungen in allen Branchen und auf allen Kontinenten. In unserem umfassenden Design- und Entwicklungsprozess stehen die Menschen immer an erster Stelle – Betreiber, Trainierende und Servicetechniker gleichermaßen. Das Ergebnis sind einfach zu handhabende Cardio- und Kraftgeräte, die Trainierende bestärken.



### proxomed® Medizintechnik GmbH

Die proxomed® Medizintechnik GmbH zählt zu den führenden Unternehmen in den Bereichen Entwicklung, Produktion und Vertrieb medizinischer Test- und Trainingssysteme für Prävention, Rehabilitation und Sport. Mit unseren Produkten und Kompetenzen helfen wir unseren Kunden, sich optimal im Gesundheits-, Therapie- und Fitnessmarkt zu positionieren und langfristig unternehmerisch erfolgreich tätig zu sein.



### ratio AG

Seit fast 20 Jahren ist die ratio AG einer der führenden Schweizer Anbieter im Bereich Fitness und Physiotherapie. Unsere Kernkompetenz liegt in der Erstellung individueller Einrichtungen und Konzepte, die durch visualisierte Planung und qualitativ hochwertige Produkte umgesetzt werden. Wir bieten einen konkurrenzlosen Service, einschliesslich Lieferung, Installation und Wartung, durch Techniker, die die ganze Schweiz abdecken. Unser Ausstellungsraum und unser Lager befinden sich in Kriens.



### SWICA

Wer aktiv etwas für das Wohlbefinden tut, profitiert bei SWICA jährlich von grosszügigen Beiträgen an die Gesundheitsförderung. Abhängig von den gewählten Zusatzversicherungen profitieren SWICA-Versicherte von Beiträgen von bis zu CHF 1300.- pro Jahr. Mit über 100 Angeboten und Kursen aus den Zusatzversicherungen unterstützt SWICA so viele verschiedene Aktivitäten wie sonst kaum ein anderer Krankenversicherer. Deine Gesundheit unsere Hauptsache.



### SensoPro AG

Das Koordinationskonzept aus der Schweiz. Wir wollen das Koordinationstraining einfach gestalten und wieder attraktiv machen! Vom Senior bis zum Spitzensportler, wir haben für alle das richtige Training!







**Jetzt anmelden!**

SFGV:



BGB Schweiz:



Zum Networking-Event der  
Bewegungs-, Fitness-  
und Physiobranche  
Anmeldefrist: 10. Mai 2024

**Projektverantwortliche:**

Claude Ammann, c.ammann@sfgv.ch

Roland Steiner, r.steiner@sfgv.ch

Manuela Wagner, m.wagner@bgb-schweiz.ch

Platin-Partner:

**MATRIX**

Gesundheitstag 2024 – der Event im Jahr, den sich Berufsleute nicht entgehen lassen dürfen. Profitieren Sie von wichtigen Inputs und Neuigkeiten aus unserer Branche und tauschen Sie sich mit Ihresgleichen aus.

Alle Kolleginnen und Kollegen sind willkommen. Für die Teilnahme ist keine Mitgliedschaft im SFGV oder BGB erforderlich.

<https://forms.sfgv.ch/gesundheitstag/>  
[www.bgb-schweiz.ch/dienstleistungen/gesundheitstag-2024/](http://www.bgb-schweiz.ch/dienstleistungen/gesundheitstag-2024/)

**Kontakt:**

Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenter Verband SFGV

3000 Bern

Telefon 0848 893 802

[www.sfgv.ch](http://www.sfgv.ch)

Berufsverband für Gesundheit und Bewegung BGB Schweiz

Katzenbachstrasse 221, 8052 Zürich

Telefon 044 300 60 60

[www.bgb-schweiz.ch](http://www.bgb-schweiz.ch)