

# OMEGA-3 SEMINAR DÜSSELDORF

31. August 2019



030 555 788 998



event@norsan.de



030 555 788 999



www.norsan.de

## Die Rolle der Omega-3-Fettsäuren in der Sportmedizin

(max. 100 Teilnehmer)

**Leidenschaft** – das sollte jeder Sportler als Grundeigenschaft mit sich bringen.

Aber ist auch der Stoffwechsel so leidenschaftlich, wenn dauerhaft Leistung gefordert wird? Ob Profisport oder Breitensport – Bewegung, eine gesunde, ausgewogene Ernährung und Stressmanagement sollten für jeden Sportler oberste Priorität haben. Diese Schwerpunkte haben meine Leidenschaft entfacht und ich möchte Sie am 31. August einen Tag lang mit der Bedeutung von Omega-3 in der Sportmedizin näher vertraut machen – **von der Diagnose zur Therapie mit praktischen Tipps für Ihre Praxis rund um das Thema Ernährung, Sportmedizin und Omega-3.**

Als kleine Besonderheit werden wir in der ersten Pause mit einem gesunden basischen Snack gestärkt und haben auch bei einem gemeinsamen Mittagessen die Möglichkeit eines fachlichen Austauschs.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und wünschen bis dahin einen aktiven sonnigen Frühling.

Ihre Inga Andresen & Ihr NORSAN-Team



## Programm

**Vormittag 9:00 Uhr bis 13:00 Uhr**

**Willkommen**

Einführung und Diagnostik: Wissenschaftliche Fakten zum Omega-3 Index® und dessen Rolle als Laborwert in der Sportmedizin. Ernährungstherapeutische Ansätze: Ernährungsempfehlungen und Tipps zur praktischen Umsetzung sowie Bedeutung der Darmgesundheit für die sportliche Leistungsfähigkeit.

**Mittagspause**

**Nachmittag 14:00 Uhr bis 18:00 Uhr**

Weitere Therapieansätze in der Sportmedizin: Stressmanagement im Leistungssport, Ernährungstherapie bei Arthrose und manuelle Unterstützung des Bewegungsapparates.

**Verabschiedung**

**Unsere Referenten:**



**Prof. Dr.  
Clemens von Schacky**

Kardiologe und Entwickler des HS-Omega-3 Index, Geschäftsführer Omegamatrix



**Niels  
Schulz-Ruhtenberg**

Facharzt für Allgemeinmedizin, Ernährungsmedizin und Sportmedizin



**Dr.  
Jens Freese**

Experte für Sport- und Ernährungsimmunologie



**Dr. med.  
Ulrich Frohberger**

Facharzt für Orthopädie, Sportmedizin und Osteologie



**Dr. med.  
Robert Percy Marshall**

Mannschaftsarzt des RB Leipzig



**Für die Anmeldung einfach die Rückseite dieser Einladung verwenden.**



**NORSAN**

San Omega GmbH  
Gubener Str. 47  
10243 Berlin

Tel.: 030 555 788 990  
Fax: 030 555 788 999

www.norsan.de  
Mail: post@norsan.de

# OMEGA-3 SEMINAR DÜSSELDORF

31. August 2019



030 555 788 998



event@norsan.de



030 555 788 999



www.norsan.de

Teilnahme-  
gebühr:  
**120€**

## Ablauf:

09:00 - 09:15  
09:15 - 10:30

**Begrüßung** Inga Andresen / Dr. Jens Freese  
**Vortrag** Prof. Dr. Clemens von Schacky  
Omega-3-Fettsäuren - Mythos und Realität Bewirken Sie  
alles und nichts? Zeit für die richtige Perspektive und harte  
wissenschaftliche Fakten im Bereich Sport

10:30 - 11:00

**Kaffeepause & Verkostung**

11:00 - 12:00

**Vortrag** Niels Schulz-Ruhtenberg  
Ernährungs- und Stressmedizin in der Praxis

12:00 - 12:45

**Vortrag** Dr. Jens Freese  
Leistungsträger Darm - Mikrobiom im Sport

13:00 - 14:00

**Mittagspause**

14:00 - 15:00

**Vortrag** Dr. med. Robert Percy Marshall  
Ernährung und Mikronährstoffe als präventive  
Maßnahme im Leistungssport

15:00 - 16:00

**Vortrag** Dr. med. Ulrich Frohberger  
Ernährung bei Arthrose

16:00 - 16:30

**Kaffeepause & Verkostung**

16:30 - 17:30

**Vortrag** Bewegungsapparat

18:00

**Verabschiedung**



## Ort:

**Rheinbad Hallenbad**, Europaplatz 1, 40474 Düsseldorf  
Mit dem Auto: A 44, Ausfahrt 30 Düsseldorf-Stockum, Parkplätze stehen auf dem  
Messe-Parkplatz P2 kostenfrei zur Verfügung.  
Mit öffentlichen Verkehrsmitteln: U-Bahn: Linie U 78 bis Haltestelle „MERKUR Arena/Messe Nord“,  
Bus: Linie 896 bis Haltestelle „Messe Nordeingang“.

## Zeit:

**9:00-18:00** Uhr inkl. Kaffee- & Mittagspause

## Kosten:

**120,00 €** (inkl. Verpflegung)  
bis 01.06.2019 Frühbuchungspreis: 100,00 €

## Anmeldung:

San Omega GmbH, Gubener Str. 47, 10243 Berlin  
E-Mail: event@norsan.de, Telefon: 030 555 788 998, Fax: 030 555 788 999

## Ihre Daten für die Anmeldung:

Name \_\_\_\_\_ PLZ / Ort \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_ E-Mail Adresse \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_ Anzahl Personen \_\_\_\_\_  Bitte senden Sie mir Beratungsmaterial und  
Fachinformationen für meine Praxis zu

**NORSAN**

San Omega GmbH  
Gubener Str. 47  
10243 Berlin

Tel.: 030 555 788 990  
Fax: 030 555 788 999

www.norsan.de  
Mail: post@norsan.de