

Querschnittsfach Prävention und Gesundheitsförderung

- Inhalte:**
- Vorlesung: Bedeutung von Bewegung und Sport in der Prävention
 - Vorlesung: Bedeutung von Kraft und koordinativer Leistung für die Lebensqualität im Alter
 - Vorlesung: Herzfrequenz zur Steuerung der Belastungsintensität
 - Vorlesung: Sporttauglichkeitsuntersuchung
 - Praxis: Koordinations- und Krafttraining
 - Praxis: Bestimmung der maximalen Herzfrequenz

- Dozenten:**
- Prof. Dr. med. Birgit Friedmann-Bette
 - Dr. Christian Wanner (Bethanien Krankenhaus)
 - MitarbeiterInnen der Sportmedizin