

## Laufsportseminare 2024 - 22. Volksbank-Münster-Marathon

Theoretische Seminare jeweils montags um **19.00 Uhr** (Ende zwischen 20.30 und 21 Uhr)  
per Zoom Meeting / Zugangslink wird nach Anmeldung versandt

Datum	Inhalt	Referent
18. März	<b>Gesundheit - wie geht das? Zur Rolle körperlichen Trainings für die Gesundheit</b>	Dr. Schomaker 
8. April	<b>Leistungsdiagnostik und Trainingsplanung für Marathonläuferinnen und Läufer</b>	Dr. Schomaker 
13. Mai	<b>Wenn der Sport auf die Knochen geht - Stressfrakturen erkennen und vorbeugen</b>	Dr. Schomaker 
17. Juni	<b>Laufsport und Arthrose - Freund oder Feind?</b>	Dr. Schomaker 

Dr. med. Ralph Schomaker, Rennarzt Volksbank-Münster-Marathon, Zentrum für Sportmedizin MS