

# PROGRAMM 06./07. August

Freitag, 06.08.2021		
Ab 16:30	Anreise und Begrüßung Gäste: <b>Doro Remmler Bellen (Vorstand FG, NN)</b> Eröffnung der Sommerakademie – Begrüßung der Gäste – Vorstellung Programm und Ablauf	Seminar- raum 2
18:00 - 18:30		
18:30 - 20:00	Vortrag und Diskussion – Auftaktveranstaltung Der Lauf des Gesundheitswesens in der Arena der praktischen Gesundheitsförderung <b>Dr. med. Ellis E. Huber</b>	
20:00	Ende	
Samstag, 07.08.2021		
09:30 - 11:00	Sportpsychologie ein Thema für Lauftherapeuten <b>Prof. Dr. Oliver Stoll, Universität Halle</b>	Seminar- raum 2
11:00 - 13:15	Lachyoga Basisqualifizierung <b>Sabine Schröder, Lauftherapeutin</b>  Aufbauschulung bei JHV im November Wer SoAk und JHV besucht bekommt ein Zertifikat	
	Lauftechnikunterstützung in der Lauftherapie mit Unterstützung durch Handy oder Tablet – Einführung, Praxis und Beispielanalyse <b>Achim Schattmann, Lauftherapeut</b>	Seminar- raum 3
13:15 - 13:35	Pause	
13:35 - 15:35	Laufen mit „ALLEN VIEREN“ – Nutzung der Intelligenz der Hände für das Laufen – die Entwicklung der LAUFMAUS die Biologie und Anatomie hinter dem Prinzip „LAUFMAUS“ Vortrag: <b>Dr. med. Horst Schüler, Erfinder der Laufmaus</b>	Seminar- raum 2
15:35 - 15:45	Pause	
15:45 - 17:30	Barfuß Workshop – Unten ohne – Warum barfuß eine gute Idee ist. Hintergrundwissen und praktische Übungen <b>Thorsten Hüttemeier</b>	Seminar- raum 2
	Koordinationsübungen und Stabilisationsübungen für Läufer <b>Doris und Olaf Pfenning</b>	Seminar- raum 3
ab 18:15	Gemeinsames Abendessen im Birkenhof, Köln-Junkersdorf	Seminar- raum 2

# PROGRAMM 08. August

Sonntag, 08.08.2021		
10:00 - 12:00	Der heilsame Gang mit der LAUFMAUS – ihre medizinische Wirkungsweise in der Praxis und ihr Einsatz bei dem Konzept „move to flow“ – Bewegung und Gehirntraining <b>Vivi Diedrich</b>	Seminar- raum 2
11:30 - 11:45	Pause	
11:45 - 13:15	Abschlussbesprechung der Sommerakademie 2021 – Feedback und Anregungen – für eine Fortsetzung?	



VERBAND DER LAUF THERAPEUTEN e.V. (VDL)

info@lauftherapie-vdl.de  
www.lauftherapie-vdl.de



## 5. SOMMERAKADEMIE 06. - 08.08.2021

Deutsche Sporthochschule Köln DSHS

# PROGRAMM



## REFERENTEN



### Dr. med. Ellis E. Huber

Ellis Huber besuchte das Friedrich-Gymnasium in Freiburg im Breisgau und studierte dort Medizin, Germanistik und Geschichte an der Albert-Ludwigs-Universität. 1978 erhielt er seine Approbation als Arzt nach Einsätzen an Krankenhäusern in Tuttlingen und Berlin-Spandau. Darüber hinaus war Huber zehn Jahre (1993-2003) Vorstandsmitglied des IPPNW. Seit 2004 ist er Mitglied im Vorstand des Berufsverbandes Deutscher Präventologen und seit 2007 dessen Vorsitzender.

#### Thema der Sommerakademie 2021:

Der Lauf des Gesundheitswesens in der Arena der praktischen Gesundheitsförderung



### Dr. med. Horst Schüler

Facharzt für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren, Akupunktur, Manuelle Therapie, Osteopathie, langjähriger Hausarzt, Sportmediziner im Breiten- und Leistungssport, mobiler Sportleistungsmediziner mit dem Arztmobil mht-Dr. Horst Schüler (medicalhealthtraining), Erfinder und Autor.

#### Thema der Sommerakademie 2021:

Laufen mit „ALLEN VIEREN“ – Nutzung der Intelligenz der Hände für das Laufen – die Entwicklung der LAUFMAUS-Sportmedizin als Erfahrungsschatz, spannend wie das Leben selbst: Das Laufen erleben über die Hände; Die Biologie und Anatomie hinter dem Prinzip „LAUFMAUS“; Der Flow – ein Glücks-Spiel der Eiweiße – ein Glücksgefühl beim Sport



### Vivi Diedrich

Fachberaterin für holistische Gesundheit, Gründerin von „naturbalance“, Trainerin für Bewegung & Entspannung, Nordic-Walking C-Trainerin, seit 15 Jahren ist sie selbstständig tätig in der Gesundheitsprävention und bietet ganzheitlich orientierte Angebote in den Bereichen Bewegung-Entspannung-Ernährung

#### Thema der Sommerakademie 2021:

Die „heilsame Bewegung mit der LAUFMAUS“ in der Praxis  
Der Gang mit der LAUFMAUS mit anschaulicher medizinischer Wirkungsweise auf den Menschen; Einblicke in das Konzept „move to flow“- Bewegung und Gehirntraining mit der LAUFMAUS



### Achim Schattmann

(Lauftherapeut/DLZ, Trainer A Triathlon, Functional Trainer)  
Herr Schattmann betreibt seit 1998 die Laufschule Anlauf in Hildesheim und seit Anfang der Nullerjahre Dozent im DLZ für das Modul: Praxis der Lauftherapie.

#### Themen der Sommerakademie 2021:

Lauftechnikunterstützung in der Lauftherapie mit Unterstützung durch Handy oder Tablet – Einführung, Praxis und Beispielanalyse; Nutzung der Videoanalyse in der Lauftherapie als Mittel der Verletzungsprophylaxe; Funktionstraining in der Lauftherapie; Erkennen und Beheben von Fehlbelastungen



### Sabine Schröder

Ich bin Schulleiterin einer Regelschule in Thüringen.

In meiner Freizeit bin ich einerseits freiberuflich tätig als ausgebildete und zertifizierte Lauftherapeutin, Lachyoga-Lehrerin und Tanztherapeutin, andererseits organisiere ich in meiner Heimatregion jährlich den Tag der seelischen Gesundheit, den Weltlachtage und den Tag der Pädagogengesundheit.

Lachen ist die fröhlichste Gesundheitsvorsorge.

#### Thema der Sommerakademie 2021:

Mit Energie in den Tag – Fachvortrag: Lachyoga



### Thorsten Hüttemeier

Fachkrankenschwester für Operationsdienst und Onkologie, Lauftherapeut DLZ seit 2015, Barefoot Movement und Natural Running Coach – Barefoot Academy 2018/19, Langstreckenlauf/-radfahren, Triathlon, Natürliche Bewegung

#### Themen der Sommerakademie 2021:

Unten ohne – Warum barfuß eine gute Idee ist  
Barfuß Workshop – Unten ohne – Warum barfuß eine gute Idee ist.  
Hintergrundwissen und praktische Übungen zu Mobilisierung und Kräftigung der Füße, gesundem Stehen, Gehen und einem Blick auf die natürliche Lauftechnik.

## REFERENTEN



### Prof. Dr. Oliver Stoll

Prof. Dr. Oliver Stoll studierte an der Universität Gießen Sportwissenschaft, Psychologie und Pädagogik sowie am College of Charleston (S.C., USA). Er wurde 1993 zum Dr. phil. im Fach Sportwissenschaft an der Universität Gießen promoviert und ging 1995 als wissenschaftlicher Assistent an die Universität Leipzig. Hier wurde er auch im Jahr 2002 habilitiert. 2002 wurde er Professor für Sportwissenschaft mit dem Schwerpunkt Sportpsychologie und Sportpädagogik an der Universität Halle.

Mein aktuelles Forschungsgebiet ist die Psychologie des Flow-Erlebens im Ausdauersport.

#### Thema der Sommerakademie 2021:

Sport und Training in Zeiten der Pandemie:  
Die Lust und das Laster mit Motivation und Zielsetzung



### Doris Pfenning

Lauftherapeutin (DLZ), Fitness- und Gesundheitstrainerin (B-Lizenz), Übungsleiterin Leichtathletik



### Olaf Pfenning

Übungsleiter Leichtathletik, Aktiver Mittel- und Langstreckenläufer

#### Themen der Sommerakademie 2021:

Koordinationsübungen und Stabilisationsübungen für Läufer



LAUFMAUS

9. August 2021 · 🌐



Zwei Tage durften wir die SOMMERAKADEMIE des VERBANDES DER LAUF THERAPEUTEN e.V. - VDL ([VERBAND DER LAUF THERAPEUTEN e.V. - VDL](#)) an der Deutschen Sporthochschule Köln ([Deutsche Sporthochschule Köln](#)) begleiten. Direkt vorm [RheinEnergieSTADION](#) vom [1. FC Köln](#) auf den Jahnwiesen hat der Erfinder Dr. med. Horst Schüler die teilnehmenden [#Lauftherapeuten](#) mit seinem fundierten Fachwissen in den Bann gezogen.

Am Sonntag ging es dann mit [#Walkingtrainerin](#) Vivi in die Praxis. Die Teilnehmer durften zwei Stunden am eigenen Leib die Wirkungsweise der LAUFMAUS spüren und viele Fragen stellen.

Abschließendes Urteil der Teilnehmer: „Die LAUFMAUS eignet sich hervorragend für den Einsatz in der Lauftherapie.“

Wir freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit!

