

## **2. TEPFIT-Gesundheitsworkshop, 23.-25. Februar 2018**

### **Mit künstlichen Gelenken schwungvoll durchstarten - Fachvortrag, Bellicon-Trampolin, Smoveys und Rolfing**

Diesmal treffen sich Hüft- und Knie-TEPLer zum Austausch und zur bewegungsfreudigen „Weiterbildung“ in Nordrhein-Westfalen. Nach der erfolgreichen Premiere im November 2016 in Erding, Bayern, hat das Organisationsteam für den 2. TEPFIT-Gesundheitsworkshop nun Hagen als zentralen Veranstaltungsort ausgewählt. Vom 23. bis 25. Februar 2018 heißt es gemäß dem Motto des Treffens: „Mit künstlichen Gelenken schwungvoll durchstarten“. Das Programm mit einem Facharzt-Vortrag, Training auf dem Bellicon-Trampolin, Spaß mit den grünen Smoveys-Ringen und Rolfing wendet sich sowohl an bereits operierte TEP-Träger als auch an schmerzgeplagte Menschen, die mehr rund um künstliche Gelenke erfahren wollen – und was bzw. wie man alles wieder sportlich mit ihnen machen kann!

Außerdem: Die Autoren Heidi Rauch und Peter Herrchen stellen die komplett überarbeitete und aktualisierte Neuauflage ihres Mutmach-Ratgebers aus Patientensicht „Mut zur neuen Hüfte!“ vor – mit neuen Fachärzte-Interviews und neuen Erfahrungsberichten.

#### **Ort:**

Tagungshotel Arcadéon, Haus der Wissenschaft und Weiterbildung,  
Lennestraße 91, D-58093 Hagen, Tel. +49 (0)2331 35 75 - 0  
[info@arcadeon.de](mailto:info@arcadeon.de), [www.arcadeon.de](http://www.arcadeon.de)

#### Freitag, 23. Februar

Individuelle Anreise. Im Hotel Arcadéon sind EZ- und DZ-Zimmer reserviert (125/135 Euro), ebenso im Landhotel Halden nebenan (80/90 Euro). Bitte unter Stichwort: „2. TEPFIT-Gesundheitsworkshop 24. 2. 2018“ selbst im Rahmen des Kontingents buchen.

Individuelle Stärkung im Hotel-Restaurant.

19.30 Uhr Fahrgemeinschaften zum Schloss Hohenlimburg – Die westfälische Höhenburg, [www.schloss-hohenlimburg.de](http://www.schloss-hohenlimburg.de)

20 Uhr **Nachtwächterführung** im Schloss, 1,5 Stunden

Ca. 22 Uhr Treffen an der Hotelbar und Vorstellung der druckfrischen „**Nachtlektüre**“: „Mut zur neuen Hüfte!“ – 2. erweiterte, aktualisierte und komplett überarbeitete Neuauflage

Samstag, 24. Februar – im 96 Quadratmeter großen Tagungsraum

9.30 – 11 Uhr **Fachvortrag** Prof. Dr. Bernd-Dietrich Katthagen, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Hüft- und Knie-Endoprothetik, [www.orthodoc.de](http://www.orthodoc.de)

Kaffeepause (und Zeit für individuelle Fragen an den Operateur)

11.30-13 Uhr **Bellicon-Minitrampolin**, ein Trainer aus Köln zeigt, wie man mit TEPs effektiv schwungvoll-schwingend trainieren kann, [www.bellicon.com](http://www.bellicon.com)

13.00 – 14.00 Uhr Mittagessen im Arcadeon-Restaurant (Lunchbuffet im Preis inbegriffen, Getränke werden selbst bezahlt)

14.15 – 15.45 Uhr **Smoveys-Training** mit Riitta Skorzewski unter dem Motto „Swing, move and smile – health in your hands“, [www.gruene-ringe.de](http://www.gruene-ringe.de) und [www.smoveys.com](http://www.smoveys.com)

Kaffeepause

16.00 – 17.30 Uhr Der zertifizierte Rolfer™ Robert Gantke erklärt, was mit der Faszien-Behandlung für die Körperstruktur erreicht werden kann. Schule für Körperarbeit, [www.gantke.eu](http://www.gantke.eu) und [www.rolfing.org](http://www.rolfing.org)

19.15 Uhr Fahrgemeinschaften zum gebuchten Restaurant

19.30 Uhr Gemeinsames Abendessen à la carte und individuell zu bezahlen im Restaurant „Zum Würzburger“, [www.zum-wuerzburger.de](http://www.zum-wuerzburger.de)

Sonntag, 25. Februar

Individuelle Abreise nach dem Frühstück; Tipp: [www.westfalenbad.de](http://www.westfalenbad.de) – sehr schön, um in den Sonntag zu schwimmen!

**Preis: 100 Euro**

Darin enthalten sind:

Vier Programmpunkte am Samstag, 24. 2., inkl. Mittagessen, Kaffee und Wasser so viel wie man mag; zusätzlich gibt es für alle noch ein süßes „Carepaket“.

Organisation: Heidi Rauch, Peter Herrchen, Doris Brauckmann und Ulrike Steyer

Nicht enthalten sind:

An- und Abreise, Unterkunft

Nachtwächterführung 23. 2. 2018 (Kosten: 7,50 Euro)

Abendessen 24. 2. 2018

Anreise:

Das Tagungshotel Arcadéon stellt ein Bahn-Ticket für 99 Euro zur Verfügung.

Wichtiger Hinweis:

Hunde sind während des Workshops nicht erlaubt.

Wir spenden!

Wir organisieren den TEPFIT-Gesundheitsworkshop als **Non Profit-Veranstaltung!** Mit möglichen Überschüssen möchten wir die Deutsche Kinderrheuma-Stiftung unterstützen, [www.kinder-rheumastiftung.de](http://www.kinder-rheumastiftung.de). Schirmherrin ist Rosi Mittermaier, ehemalige Skirennläuferin mit insgesamt fünf Olympia-Gold-Medaillen. Zahlreiche Sportveranstaltungen wie Marathonläufe oder Golfturniere finden alljährlich zum Spendensammeln für die Stiftung statt.

Anmeldeschluss: 30. November

Sollten sich bis zu diesem Datum nicht mindestens 20 Teilnehmer angemeldet haben, findet der Workshop nicht statt. Das bis dahin bezahlte Geld wird rücküberwiesen.