

# Informationen

**Veranstalter:** Arbeitsgemeinschaft Diabetes, Sport und Bewegung der DDG e. V.  
Billmericher Dorfstraße 4d, 59427 Unna  
E-Mail: [info@diabetes-bewegung.de](mailto:info@diabetes-bewegung.de)  
[www.diabetes-bewegung.de](http://www.diabetes-bewegung.de)

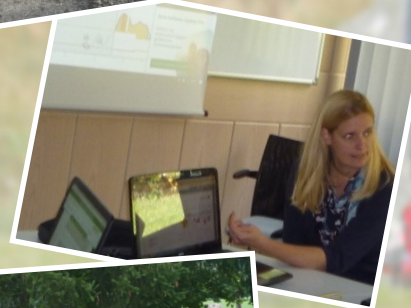
**Ansprechpartner:** Birgit Hansel  
Röntgenstr. 8, 78333 Stockach  
[birgit-hansel@t-online.de](mailto:birgit-hansel@t-online.de)  
077 71 / 87 66 88

**Unterkunft:** AURA-Hotel  
Alte Römerstr. 41-43  
82442 Saulgrub (Oberbayern)  
088 45 / 990

**Anmeldung:** auf unserer Homepage unter [www.diabetes-bewegung.de/Angebote](http://www.diabetes-bewegung.de/Angebote) für Menschen mit Typ-1-Diabetes/[arzt-patienten-seminar-in-bayern](http://www.diabetes-bewegung.de/Angebote/arzt-patienten-seminar-in-bayern)

**Hinweis:** Teilnehmer\*innenbeitrag: 490 € (EZ), 480 € (DZ/Person), Extras: Selbstbeteiligung Fahrräder, Getränke  
Keine Stellung von Blutzuckerteststreifen.  
Bei Stornierungen bis zum 01.08.2025 erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 50 €, danach müssen wir den vollen Seminarpreis berechnen, es sei denn, es findet sich eine Person auf der Warteliste, die den Platz übernimmt.  
Da die Plätze begrenzt sind und in der Reihenfolge Ihrer Anmeldung vergeben werden, senden Sie das Anmeldeformular bitte sobald wie möglich, spätestens jedoch bis zum 15.08.2025 an Birgit Hansel.

**Unterstützung:** Bitte lesen Sie auf unserer Homepage unter [www.diabetes-bewegung.de](http://www.diabetes-bewegung.de) nach, welche Firmen die Veranstaltung unterstützen.



## Arzt-Patienten-Seminar<sup>\*)</sup>

für Menschen mit  
Typ-1 Diabetes

04. – 07.09.2025 in Saulgrub



**AG DIABETES  
SPORT UND BEWEGUNG  
der DDG**

<sup>\*)</sup> Bitte sehen Sie es uns nach, dass wir unseren seit fast 3 Jahrzehnten bekannten Seminarartikel nicht gendern.



Liebe Sportlerin mit Diabetes,  
lieber Sportler mit Diabetes,

„Sport, der Spaß macht, Theorie, die das Leben leichter macht, und Geselligkeit, die die Lebensqualität erhöht“, unter diesem Motto hat Dr. Peter Zimmer 1996 aufgrund der unbefriedigenden Schulungssituation bezüglich Diabetes und Sport für Menschen mit Typ 1 Diabetes das 1. Arzt-Patienten-Seminar<sup>\*)</sup> in Unterjoch mit damals 7 Teilnehmern veranstaltet. Seitdem findet das Seminar jährlich in Bayern und seit 2016 auch in NRW statt. Nach der Schließung des Hauses Unterjoch wurde mit dem Aura Hotel in Saulgrub / Oberbayern ein entsprechender Veranstaltungsort gefunden.

Neben interessanten Schulungseinheiten über Besonderheiten der Diabetestherapie beim Sport und neuen technischen Möglichkeiten, steht die gemeinsame praktische Sportausübung im Vordergrund, so dass das theoretisch Erlernte direkt ausprobiert und optimiert werden kann. Während der gesamten Veranstaltung besteht die Möglichkeit der individuellen Beratung durch die begleitenden Fachleute (Diabetologin/Diabetologe, Diabetesberater\*innen, Sportlehrer\*innen und Übungsleiter\*innen). Zur Beobachtung der individuellen Wirkung der Bewegung auf den Blutzuckerstoffwechsel kann während der Seminare eine kontinuierliche Stoffwechselkontrolle mit Geräten der kontinuierlichen Glukosemessung (FGM bzw. CGM) durchgeführt werden.

Wir freuen uns auf ein erfahrungsreiches und sportliches Wochenende!



Dr. Peter Zimmer

## Programm

### 29. Arzt-Patienten-Seminar<sup>\*)</sup> in Oberbayern

(wetterbedingte Änderungen vorbehalten)

#### Donnerstag, 04.09.2025

11:30 Uhr	Eintreffen der Teilnehmer*innen im AURA-Hotel, Saulgrub
12:00 - 12:30 Uhr	Get together Begrüßung, Vorstellungsrunde
12:45 - 14:00 Uhr	Mittagessen
14:00 - 14:45 Uhr	„Diabetes Typ 1 und Sport“, Update 2025
15:00 - 15:45 Uhr	„Rhythmus und Bewegung“
16:15 - 16:45 Uhr	Check in
17:00 - 17:45 Uhr	„Protokollieren - aber wie?“
18:00 - 19:30 Uhr	Abendessen
20:00 - 21:00 Uhr	„Optimist und Pessimist - wie mit einer chronischen Krankheit umgehen?“

#### Freitag, 05.09.2025

07:30 - 08:00 Uhr	Warm up/Auswirkungen des Morgensports auf den BZ/GZ
08:15 - 09:00 Uhr	Frühstück
09:30 - 15:00 Uhr	Ärztlich begleitete Praxis der Dosisanpassung, Sportprogramm in zwei Gruppen <b>A</b> Wanderung / Nordic Walking <b>B</b> Radtour
13:00 - 14:00 Uhr	Mittagessen (evtl. Outdoor Lunch für die Radler)
15:00 - 17:00 Uhr	„Beweglich bleiben bis ins hohe Alter (3 Workshops) Bioimpedanz - Ernährung - Prophylaxe und Therapien“
14:00 - 17:30 Uhr	Industrieausstellung
18:00 - 19:30 Uhr	Abendessen
20:00 - 21:00 Uhr	„Sarkopenie: Entstehung - Symptome - Prophylaxe und Therapie“

#### Samstag, 06.09.2025

07:30 - 08:00 Uhr	Warm up/Auswirkungen des Morgensports auf den BZ/GZ
08:15 - 09:00 Uhr	Frühstück
09:30 - 15:00 Uhr	„Bergtour“ Ärztlich überwachte Auswirkung auf BZ/GZ Bei schlechtem Wetter: Parcours durch die Einrichtungen des AURA-Hotels
16:00 - 18:00 Uhr	Praxis der BZ/GZ, Auswirkung in der Entspannungsphase
18:30 - 20:30 Uhr	Grillabend
ab 20:30 Uhr	„Tanzend in Bewegung bleiben“ - Auswirkungen auf den BZ/GZ

#### Sonntag, 07.09.2025

08:00 - 08:30 Uhr	Warm up/Auswirkungen des Morgensports auf den BZ/GZ
09:00 - 10:00 Uhr	Frühstück
10:30 - 11:30 Uhr	Analyse CGMs, allg. Round Table
11:45 - 12:00 Uhr	Verabschiedung
12:00 - 13:00 Uhr	Mittagessen