



**AG DIABETES  
SPORT UND BEWEGUNG  
der DDG**

## **Programm des 25. APS in Saulgrub/Oberbayern**

### **Samstag, 17.10.2020**

- 12:00 Uhr Eintreffen der Teilnehmer im Tenniszentrum Oberammergau
- 12:30 - 13:00 Uhr Get together Begrüßung
- 13:00 - 13:45 Uhr **Mittagessen**
- 14:00 - 16:00 Uhr Auswirkungen auf den BZ/GZ bei Kurzzeitsport - Tennis
- 16:30 Uhr Anreise Aura Hotel, Saulgrub, Check-in
- 17:00 - 17:30 Uhr Anlegen von Sensoren (nach vorheriger Anmeldung)
- 18:30 - 19:30 Uhr **Abendessen**
- 20:00 - 21:00 Uhr Vorträge: Anpassungsregeln bei Sport

Physiologie der Insulinresorption

### **Sonntag, 18.10.2020**

- 07:30 - 08:00 Uhr Warm up / Auswirkungen des Morgensports auf den BZ
- 08:15 - 9:00 Uhr **Frühstück**
- 09:30 - 12:30 Uhr Ärztlich begleitete Praxis der Dosisanpassung
- Sportprogramm in drei Gruppen
- A** Wanderung **B** NW **C** MB (für Trainierte)
- 13:00 - 14:00 Uhr **Mittagessen**
- 15:00 - 17:00 Uhr Auswirkungen spezieller Ernährungsformen auf BZ / GZ
- 18:00 - 19:00 Uhr **Abendessen**
- 19:00 - 19:45 Uhr Vortrag: Psychologie des Typ 1 Diabetikers (P. Borchert)



**AG DIABETES  
SPORT UND BEWEGUNG  
der DDG**

## **Programm des 25. APS in Saulgrub/Oberbayern**

### **Montag, 19.10.2020.**

07:30 - 08:00 Uhr Warm up / Auswirkungen des Morgensports auf den BZ

08:15 - 09:00 Uhr **Frühstück**

09:30 - 15:00 Uhr Ärztlich überwachte Auswirkung auf BZ/GZ bei Langzeitsport  
Sportprogramm in drei Gruppen (Bergtouren, Radtour)

16:00 - 18:00 Uhr Praxis der BZ/GZ Auswirkung in der Entspannungsphase

19:00 - 20:00 Uhr Gesellschaftsabend zum gegenseitigen Erfahrungsaustausch  
Anschließend: Jubiläumsveranstaltung „25 Jahre APS“

### **Dienstag, 20.10.2020**

08:00 - 08:30 Uhr Warm up / Auswirkungen des Morgensports auf den BZ

09:00 - 10:00 Uhr **Frühstück**

10:30 - 11:30 Uhr Besprechung der GZ Profile, allg. Round Table

12:00 - 13:00 Uhr **Mittagessen**

13:15 - 13:30 Uhr Verabschiedung