

Anti-Adipositas-Effekte von Muskelhypertrophie: Biologie & Implikationen für die Praxis

Aufbau und Erhalt von Skelettmuskelmasse bilden die Basis einer erfolgreichen Adipositas-Therapie. Im Rahmen dieses Symposiums werden zunächst die Anti-Adipositas-Effekte von Muskelhypertrophie aus biologischer Sicht beleuchtet. Anschließend werden aus praktizierender medizinischer Sicht wissenschaftliche Grundlagen der Gewichtsreduktionstherapie und deren praktische Umsetzung vorgestellt. Die Fragestellung wann und wie Muskelhypertrophie-Training umgesetzt werden sollte, um entsprechende Effekte zu erzielen, soll im dritten Teil des Symposiums beantwortet werden. Die abschließende Diskussion soll dem Erkenntnisgewinn und der Verbesserung von Konzeption und Umsetzung im Sinne einer multimodalen und personalisierten Adipositas-Therapie dienen.

Uhrzeit	Vortragende	Themen
19:00-19:30 h	Henning Wackerhage	Anti-Adipositas Effekte von Muskelhypertrophie: Biologie
19:30-20:00 h	Bernd Schultes	Gewichtsreduktionstherapie in Wissenschaft und Praxis
20:00-20:30 h	Ulrich Hamberger	Implikationen für die Praxis: Muskelhypertrophie-Training, wann und wie
20:30-21:00 h	Diskussion	Vernetzung / Personalisierung / Entscheidungsmatrix

Symposium beitreten: <https://tum-conf.zoom-x.de/j/61226477755?pwd=dDZxL2JpSmZWakFUTk9RT2dRd0JuUT09>

Meeting-ID: 612 2647 7755
Kenncode: 187903
Datum: 21.3.24
Beginn: 19:00 h



Prof. Dr. Henning
Wackerhage
TU München



Prof. Dr. Bernd Schultes
Stoffwechszentrum
St. Gallen (CH)



Ulrich Hamberger
Gesundheitsförderung & Prävention
Landsberg am Lech