

BEMER Sport Dag

Elitidrottare

Skapa en hållbar hälsa på och utanför idrottsarenan
Må bra idag och i morgon



Lördagen den 26 maj

Kl. 9.30 - 16.30

Olympiahuset Bosön

Lidingö

Agenda

- Elitidrottare som använder BEMER
- Mikrocirkulationens betydelse för god hälsa och prestation.
- Fördelar som BEMER ger elitidrottare och motionärer?
- **Olli Sovijärvi**, läkare och biohacker
- **Christofer Eriksson & Ingela Andersson**, elitskidåkare, Team Skididrott
- **Pernilla Winberg**, elitspelare ishockey
- **Emmie Ekdahl**, elitspelare padel
- **Gabriel Axell**, elitspelare golf
- **Fredrik Johnson**, elitspelare squash / entreprenör
- **Charly Steeb**, BEMER International, BEMER International, f.d. elitspelare tennis
- Frågepanel med idrottare & terapeuter

Arrangör BEMER Nordic

Frågor att diskutera och besvara;

- Hur är det möjligt att elitidrottare kan ha nedsatt mikrocirkulation trots att de rör på sig tillräckligt?
- Hur påverkar mikrocirkulation elitidrottarens prestationsförmåga?
- Återhämtning från tävling/träning.
- Elitidrottarens sömn.
- Att vara sjuk inför viktiga tävlingar.
- Fysikalisk vaskulär terapi, ingen doping.
- Kan vi tänka nytt inom idrotten för att optimera idrottarens hälsa?
- BEMER och idrottsvärlden. Idrottare/idrottsklubbar/sponsorer

Registrera dig senast 15 maj:

<https://ssl.eventilla.com/bemersport>

Kostnad 750 kr, inkl. moms
Lunch och fika ingår.

Välkommen!



Program BEMER sportdag Maj 26, 2018

09.00	09.30	Registrering	
09.30	09.45	Vilka elitidrottare använder BEMER?	<i>Petra Thomas</i>
09.45	10.30	Idrottarens återhämtning/sömn/stress/m.m	<i>Olli Sovijärvi, läkare & biohacker</i>
10.30	10.45	Mikrocirkulationens betydelse för god hälsa och prestation.	<i>Mikaela Kluge OD BEMER</i>
10.45	11.00	Vilka fördelar ger BEMER för elitidrottare och motionärer?	<i>Lena Rydqvist sjukgymnast/Fystränare</i>
11.00	11.20	Team Skididrott, erfarenheter	<i>Christofer Eriksson & Ingela Andersson</i>
11.20	11.35	Östersund fotboll, hur man använder BEMER i ett allsvenskt fotbollslag?	<i>Jenny Larsson, sjukgymnast</i>
11.35	11.45	Att hitta nya sätt att optimera hälsan som elitidrottare.	<i>Pernilla Winberg</i>
11.45	12.00	<i>Bensträckare</i>	
12.00	13.00	Squashkarriär till företagarkarriär, som professionell squashspelare var det inte bara att spela, det var även att sköta sponsringen.	<i>Fredrik Johnson</i>
13.00	14.00	<i>Lunch</i>	
14.00	15.00	Att bli skadad som elitidrottare, konsekvenser. BEMER Int vad görs inom idrottsvärlden	<i>Charly Steeb</i>
15.00	15.45	Frågepanel, Pernilla, Emmie, Gabriel, Christoffer, Ingela m.m.	<i>idrottare och terapeuter</i>
15.45	16.00	BEMER Sweden	<i>Mikaela & Fiddeli Kluge</i>
16.00	16.30	<i>Mingel och Fika</i>	