



## 23. Arzt- Patienten-Seminar in Unterjoch vom 21. – 23.09.2018

### Freitag, 21.09.2018

bis 10:30 Uhr	<b>Anreise</b>
10.30 - 11.30 Uhr	Begrüßung, Vorstellung des Programms, Vorstellungsrunde
11.30 - 12.00 Uhr	Sensoren anlegen / überprüfen
12.00 - 13.00 Uhr	<b>Mittagessen</b>
13.00 - 14.00 Uhr	„Grundsätzliches zu Sport und CGM/FGM - was ist zu bedenken am 1. Tag“
14.00 - 15:30 Uhr	Nordic Walking
15.30 - 16.30 Uhr	Entspannungsübungen
16.30 - 18.00 Uhr	Sauna, Schwimmbad, alternativ Kegeln
18.00 - 19.00 Uhr	<b>Abendessen</b>
19:00 - 20.00 Uhr	„Neue Technologie und ihre Möglichkeiten“
20.00 - 21.00 Uhr	Ernährung/Quiz

### Samstag, 22.09.2018

08.00 - 08.30 Uhr	Locker vom Hocker Frühgymnastik
08.45 - 09.30 Uhr	<b>Frühstück</b>
10.00 -16.00 Uhr	Bergwanderung
16.00 -17.00 Uhr	Sauna, Schwimmbad, alternativ Kegeln
17.00 -18.30 Uhr	Besprechung der Gewebezuckerkurven Teil I und neues Programm zur Gewebezuckeranalyse
19.00 - 20.00 Uhr	<b>Abendessen</b>
20.00 - open end	Wir feiern „23 Jahre Arzt-Patienten-Seminar im Haus Unterjoch“, „70zigster Geburtstag Dr. Peter Zimmer“

### Sonntag, 23.09.2018

08.00 - 08.30 Uhr	Locker vom Hocker
08.45 - 09.30 Uhr	<b>Frühstück</b>
09.45 - 13.00 Uhr	Nordic Walking, alternativ Mountainbiking
13.00 - 14.00 Uhr	<b>Mittagessen</b>
14.00 - open end	Besprechung der Gewebezuckerkurven Teil II