



LUNGENSport

FACHTAG

Wissen. Bewegung. Atem.
Für mehr Lebensqualität.

40
Jahre
Lungen-
sport



Samstag
26.09.2026



VfL Pinneberg,
Fahltskamp 53,
25421 Pinneberg



10:00 -
12:00 Uhr



EINTRITT FREI

PROGRAMM



09:45 Uhr

Einlass - Empfangsbereich

Kommen Sie entspannt an



10:00 Uhr

Begrüßung - Seminar-Clubraum

Wir heißen Sie herzlich willkommen



10:05 Uhr

**Vortrag 1 - Seminar-Clubraum
von PD Dr. Hans-Peter Hauber**

Was kann ich meiner Lunge Gutes tun?
-Prävention für gesunde Atemwege



10:40 Uhr

Aktive Pause - Seminar-Clubraum

Kurze Mitmachrunde



11:00 Uhr

**Vortrag 2 - Seminar-Clubraum
von PD Dr. Hans-Peter Hauber**

Aktiv trotz Lungenerkrankung:
Die richtige Bewegung finden



11:40 Uhr

Mitmachkurs - Saal 2+3

20min Lungensport zum kennenlernen

PRAXIS & INFORMATION

PD Dr. Hans-Peter Hauber

- Seit Januar 2021 Chefarzt für Pneumologie und Beatmungsmedizin den Regio Kliniken
- Schwerpunkte: Diagnostik und Behandlung von Lungentumoren, COPD, Beatmungsmedizin, interstitielle Lungenerkrankungen
- Spezialist für Infektiologie, Intensivmedizin, Schlafmedizin und Allergologie
- Forschungsaufenthalt für 2,5 Jahre in Montreal (Kanada) mit Stipendium der Christiane Herzog Stiftung
- Facharztausbildung und Spezialisierung am Leibniz-Lungenzentrum Borstel
- Oberarzt für Beatmungspatienten auf der Intensivstation in Borstel
- Vor Wechsel zu den Regio Kliniken: Leiter der Sektion Pneumologie an der Asklepios Klinik Altona



LUNGENFUNKTIONSTEST SPIROMETER MESSUNG



- Zuerst tief einatmen, danach so schnell und kräftig wie möglich ausatmen.
- Gemessen wird, wie viel und wie schnell du Luft ausatmen kannst.
- Der Test hilft zu erkennen, ob die Atemwege verengt sind oder die Lungenkapazität eingeschränkt ist.

WARUM LUNGENSport?

- ✓ Steigert die Belastbarkeit
- ✓ Verringert Atemnot
- ✓ Verbessert die Lebensqualität
- ✓ Stärkt Körper und Wohlbefinden
- ✓ Austausch in der Gemeinschaft

KONTAKT



VfL Pinneberg e.V.

Fahltskamp 53, 25421 Pinneberg



04101 556020



info@vfl-pinneberg.de



www.vfl-pinneberg.de



Scannen Sie den QR-Code
für weitere Informationen
zum Rehasport beim VfL
Pinneberg



MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON



Regio Kliniken



**Sparkasse
Südholstein**



*Wir bewegen
mehr als Sport.*