

Das Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit (DSBG) gehört zur Medizinischen Fakultät der Universität Basel. Die Sport- und Bewegungsmedizin und das Sportmedizinische Ambulatorium werden von Prof. Dr. med. Arno Schmidt-Trucksäss geleitet.

Bewegung und Sport werden als Prävention und Therapie u.a. bei Herz- und Lungenerkrankungen, Krebs, Diabetes, Bluthochdruck sowie bei Fettstoffwechselstörungen eingesetzt und individuell angepasst.

Wichtiges Ziel ist die personalisierte, motivierende und nachhaltige Förderung eines aktiven und gesunden Lebensstils. Eine bessere Körperzusammensetzung – mehr Muskulatur und weniger Fett – durch gezieltes Training geht einher mit einer Steigerung der Herz-Kreislaufleistungsfähigkeit und Muskelkraft in jedem Lebensalter. Dabei fließen aktuellste Erkenntnisse aus der Forschung direkt in die Bewegungs- und Trainingsempfehlungen ein.

Bereich Sport- und Bewegungsmedizin,
Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit (DSBG)

St. Jakob-Arena (Eishalle), Mittlere Allee 18, 4052 Basel

WALKING FÜR JEDERMANN – GEMEINSAM BEWEGEN

Ein Bewegungsprogramm des Departements für Sport, Bewegung und Gesundheit (DSBG) der Universität Basel, Bereich Sport- und Bewegungsmedizin



UNIVERSITÄT BASEL
Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit

