



Zentrum für Prävention  
und Sportmedizin

# Sport auf Rezept

Das Zentrum für Prävention und  
Sportmedizin im Überblick





Hochqualifiziert und motiviert – unser Ärzteteam.

## Spitzenmedizin mit Menschlichkeit

Gesundheit ist nicht selbstverständlich – jeder kann sie aktiv beeinflussen und verbessern. Ein regelmäßiges körperliches Training beugt Volkskrankheiten nachweislich vor und hilft bei der Therapie bestehender Erkrankungen.

Unser Anspruch: **Ihre Lebensqualität zu erhöhen**, damit Sie möglichst lange gesund bleiben. Wir kombinieren Spitzenmedizin mit Menschlichkeit. Wir sind **Vorreiter von „Sport als Medizin“** und dosieren körperliches Training wie ein Medikament.

Unser Zentrum ist deutschlandweit das größte für Prävention und Sportmedizin und das führende für Sportkardiologie. Jedes Jahr untersuchen und betreuen wir **mehr als 10.000 Patienten**: Menschen, die jahrelang keinen Sport mehr getrieben haben bzw. noch nie Fan von Bewegung waren, Freizeit- und Spitzensportler, Herzpatienten und Krebspatienten.



Zentrum für Prävention  
und Sportmedizin

„Erfolg hat 3 Buchstaben: Tun.“

Johann Wolfgang von Goethe



Sport vorleben, nicht nur darüber sprechen – unsere Ärzte im Olympiapark.

# Ihr ganzheitlicher Gesundheits-TÜV

Durch unsere Spezialkenntnisse in der Verbindung aus Prävention, Sportmedizin und Sportkardiologie kommen Patienten aus ganz Deutschland, teils aus ganz Europa, Arabien und China zu uns. Nutzen auch Sie unsere ärztliche Kompetenz und die **modernste Diagnostik** unserer Universitätsklinik. Unser **hochqualifiziertes, motiviertes Fachärzteam** aus Sportmedizinern, Kardiologen, Internisten und Ernährungsmedizinern steht Ihnen gerne zur Verfügung.

Jeder Patient hat andere Voraussetzungen. Wir bieten daher **maßgeschneiderte Vorsorge- und Check-up-Untersuchungen auf höchstem Niveau**. Für Ihre Gesundheit nehmen wir uns Zeit und betrachten Sie **ganzheitlich**. Besonderen Wert legen wir auf das **Erkennen von Herz-Kreislauf-Risikofaktoren** und die Behandlung vor allem durch **Lebensstiländerungen**.



## Ihr persönlicher Gesundheitsfahrplan

Ist die sportliche Belastbarkeit ermittelt, entwickeln wir gemeinsam mit Ihnen Ihren persönlichen Gesundheitsfahrplan. Wir besprechen, wie Sie **Bewegung und Ernährung als Motor für Ihre Gesundheit** nutzen können, fitter werden und Ihre Verjüngungsmechanismen in Schwung bringen.

Wir stellen einen individuellen Trainingsplan für Sie auf („Sport auf Rezept“), den Sie realistisch in Ihren Alltag integrieren können. Unser Anspruch: **Machbarkeit und langfristiger Erfolg**. In Kooperation mit qualifizierten Partnern betreuen wir Sie auf Wunsch fortlaufend, um Sie beim Erreichen Ihrer Ziele nachhaltig zu unterstützen.

In der Prävention liegt die Zukunft der Medizin. Sie finden unser Zentrum daher an **drei Standorten**: am Olympiapark, am Klinikum rechts der Isar und am Klinikum Starnberg. Wir freuen uns auf Sie!

**Ihr Univ.-Prof. Dr. med. Martin Halle**

Ärztlicher Direktor | Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie und Sportmedizin





Auch Spitzensportler vertrauen auf unsere Vorsorge-Checks.

### Sportmedizin / Freizeitsport

Freizeitsportlern, vom Läufer bis zum Triathleten, helfen regelmäßige sportmedizinische Untersuchungen, Funktionsstörungen, Erkrankungen und Überlastungsschäden zu vermeiden oder frühzeitig festzustellen.

### Sportmedizin / Leistungssport

Leistungssportler müssen sich auf ihren Körper verlassen. Vereine und Verbände schicken ihre Athleten zur jährlichen Kaderuntersuchung zu uns, um Vorsorgeuntersuchungen des Herz-Kreislaufsystems und des Bewegungsapparates durchführen zu lassen.

### Spezialsprechstunden

- „Sport und Krebs“
- „Sport und Diabetes“
- „Muskeln und Sehnen“
- „Höhenmedizin und Tauchen“

## Unser Angebot

### Präventionsmedizin

Für Jedermann ab 35, für alle, die länger nicht mehr sportlich aktiv waren, neben Bewegungsmangel weitere Risikofaktoren (etwa Rauchen, Dauerstress, Übergewicht) haben oder Auffälligkeiten in der Vorgeschichte aufweisen.

### Innere Medizin / Sportkardiologie

Für Herzpatienten, etwa mit einem Herzschrittmacher oder nach einem Infarkt sowie Sportler vor intensiven körperlichen Belastungen. Hierzu haben wir über viele Jahre die weltweit größten wissenschaftlichen Untersuchungen durchgeführt und sind Mitautoren in europäischen und amerikanischen Empfehlungen.

### Manager-Check

Leistungsdruck, Stress und ständige Erreichbarkeit machen Führungskräfte langfristig anfällig für eine Vielzahl von Gesundheitsschäden. Unsere hochspezialisierte kardiologisch-internistische Diagnostik sowie unsere maßgeschneiderten Empfehlungen zu Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung helfen, gesundheitliche Probleme zu vermeiden.



Ihre Herzgesundheit ist uns ein besonderes Anliegen.



Zentrum für Prävention  
und Sportmedizin

„Jeder sollte seinen Gesundheitsstatus  
und sein Leistungsvermögen kennen.  
Jeder hat es selbst in der Hand,  
sein Wohlbefinden zu verbessern.“



**Univ.-Prof. Dr. med. Martin Halle**

Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie und Sportmedizin

## Standorte und Telefonnummern

**Nordwest** (O<sub>2</sub> Tower München)

Georg-Brauchle-Ring 56 (Campus C), 80992 München

Telefon: 089-289 24441

**Zentrum** (Klinikum rechts der Isar)

Ismaninger Straße 22, 81675 München

Telefon: 089-4140 6774

**Südwest** (Zentrum für Kardiologie am Klinikum Starnberg)

Oßwaldstraße 1, 82319 Starnberg

Telefon: 089-4140 6775

[www.sport.mri.tum.de](http://www.sport.mri.tum.de)

[www.facebook.com/sportmritum](https://www.facebook.com/sportmritum)