

## WOCHENEND-SEMINAR IN BERLIN

# IH(H)T-KONGRESS „AUS DER PRAXIS FÜR DIE PRAXIS“

6. BIS 8. DEZEMBER 2024

### FREITAG, 06. DEZEMBER 2024

- 10:00 – 13:00 Praxis-Workshop mit und über IH(H)T-Geräte: Grundlagen des Protokollaufbaus, Erstellung von Trainingsprogrammen, Protokollbeispiele, Kurvenkunde**  
*Dr. med. Stephan Bortfeldt und Dr. med. Egor Egorov*

**Für Kongressteilnehmer ist der Workshop im Seminarpreis inklusive.**

Es besteht zudem für IH(H)T-Anwender in und um Berlin die Möglichkeit, den Workshop unabhängig von Kongress-Programm separat zu besuchen. Die reine Workshop-Teilnahme kostet 149 Euro. Sichern Sie sich in dem Fall per E-Mail [info@active4health.de](mailto:info@active4health.de) frühzeitig Ihren Workshop-Platz!

- 15:30 – 16:00 Kongress-Auftakt mit Begrüßung und Vorstellung der Referenten und Teilnehmer sowie aller mitwirkenden Aussteller**
- 16:00 – 17:30 Wissenschafts-Update zu den Möglichkeiten und Grenzen von IH(H)T**  
*Dr. med. Egor Egorov, einer der führenden IH(H)-Experten Europas und Buchautor*
- 17:30 – 18:30 IH(H)T und Neurodegeneration aus klinischer Perspektive**  
*Dr. med. Stephan Bortfeldt, Experte für den IH(H)T-Einsatz in der Funktionellen Medizin*
- ab 19:00 Get-together mit allen Experten in der CARL & SOPHIE Bar des Hotels.**

### SAMSTAG, 07. DEZEMBER 2024

- 09:30 – 11:00 Mikronährstoffe und IH(H)T: Effektive Maßnahmen für maximale Effizienz**  
*Patrick Engels, Heilpraktiker, Sportlehrer und Spezialist für Mikronährstoffe*
- 11:00 – 11:30 KaffeepausePlus mit IH(H)T-Praxis: Geräte & more**
- 11:30 – 13:00 Der Einsatz der IH(H)T in der Sportmedizin: Optimierung der Leistung und Performance**  
*Dr. med. Stephan Bortfeldt*
- 13:00 – 14:00 Mittagspause**
- 14:00 – 15:30 IH(H)T bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen: Therapeutische Möglichkeiten und Fallbeispiele**  
*Dr. med. Heinz-Christian Kuche, Internist, Kardiologe und Stressmediziner sowie IH(H)T-Spezialist*
- 15:30 – 16:00 KaffeepausePlus mit IH(H)T-Praxis: Geräte & more**
- 16:00 – 17:30 Der therapeutische Einsatz der IH(H)T in Ergänzung mit der Haemo-Laser-Therapie**  
*Dr. med. Meike Köppel, Allgemeinmedizinerin mit naturheilkundlicher Expertise, spezialisiert auf chronische Erschöpfungskrankheiten*
- ab 18:30 Erleben Sie mit den Mitwirkenden „Berlin by Night“ (Abendessen inklusive).**

### SONNTAG, 08. DEZEMBER 2024

- 09:30 – 11:00 IH(H)T und Mitochondrien: Innovative Diagnostik für optimale Therapie**  
*Dr. rer. nat. Heiko Hofmann, Experte für Labordiagnostik mit langjähriger Erfahrung in Mitochondrialer Medizin*
- 11:00 – 11:30 Kaffeepause**
- 11:30 – 12:30 IH(H)T und Autophagie – die Bedeutung für die Praxis**  
*Dr. med. Egor Egorov*
- 12:30 – 13:30 Verabschiedung und Ausblick auf 2025 sowie Beantwortung offener Fragen**  
*Active4Health und das Kongress-Team*

Active4Health GmbH  
Meitnerstraße 4 | D-48432 Rheine  
+49 (0) 170 505 0085  
[info@active4health.de](mailto:info@active4health.de)  
[www.active4health.de](http://www.active4health.de)

meditraining Dr.Bortfeldt  
Coaching&Education  
Günther-Wagner-Allee 5  
D-30177 Hannover

Heartbeat Analysis UG  
Ziegeleistraße 17 | D-30880 Laatzen  
+49 (0) 170 738 4758  
[info@heart-beat-analysis.com](mailto:info@heart-beat-analysis.com)  
[www.heart-beat-analysis.com](http://www.heart-beat-analysis.com)