

# X-Walk MS – Exercise Walking in Multiple Sclerosis and related diseases

## Autumn Workshop of “The Human Motion Project” 2015



*"Walking is man's best medicine" wussten schon die "alten Griechen" (Hippokrates). Wir wollen an diesem Nachmittag verschiedene Aspekte herausgreifen, die dabei helfen sollen, Gehen bzw. Laufen als Therapieoption zu entwickeln, die ggf. zusammen mit medikamentöser Behandlung, chirurgischen Eingriffen und physiotherapeutischer Begleitung zum Einsatz kommen kann. "Do not harm" ist dabei eines der Leitprinzipien, und es werden auch moderne Verfahren zur Messung körperlicher Aktivität im Alltag vorgestellt („actibelt“), Erfahrungen mit MS Patienten, sowie aktuelle Entwicklungen im Bereich Barfuss-Laufen bzw. "Barfuss-Laufschuhe."*

**When** Thursday, December 17<sup>th</sup>, 2015  
14:00 – 18:00

**Where** Technical University of Munich  
corner Arcistr/Theresienstr, Munich  
room no.0938  
[http://portal.mytum.de/campus/roomfinder/roomfinder\\_viewmap?mapid=12&roomid=0938@0509](http://portal.mytum.de/campus/roomfinder/roomfinder_viewmap?mapid=12&roomid=0938@0509)

**Language:** German, English

**Participants:** Physicians, Physiotherapists, health care professionals/students/individuals with an interest in walking/running barefoot/barefoot shoe. Limited space – maximum 40,

**Entrance: Free!**  
*This workshop is supported by Roche Pharma AG (EUR 2.000)*

14:00 – 14:30 Welcome / Overview Exercise Walk MS – M. Daumer (SLC-HUMO, Trium)

14:30 – 15:00 MS, Exercise & Ecological validity of outcome – J.P. Stellmann (UKE, Hamburg)

15:00 – 15:15 Auf freiem Fuß - ein Jahr ohne Schuhe? – S. Fox (Autorin)

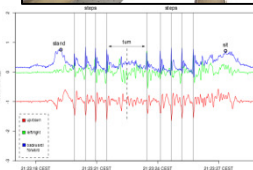
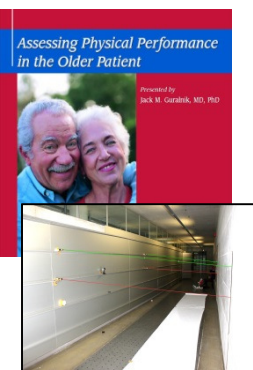
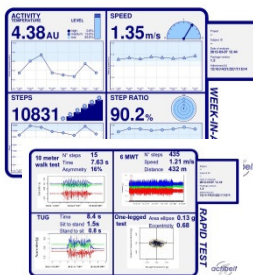
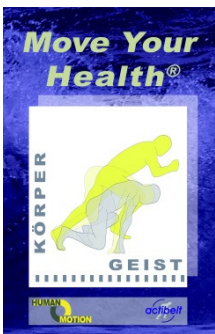
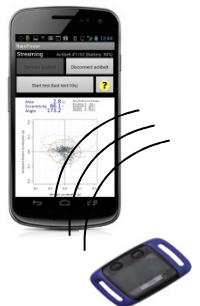
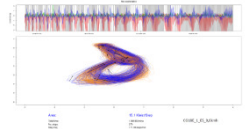
15:15 – 15:30 Barefoot extreme – M. Jung (Live-Multivisionen)

### Coffee break / Poster / Exhibition

16:00 – 16:30 Walking, Running, Shoes and Injuries – M. Walther (Schönklinik / Munich)

16:30 – 17:00 Meta Products on mobile accelerometry  
Mass customization, Your724, Kleist, Running pad – M. Daumer, student team  
(Setting the stage – presentations – Discussion)

17:00 – 18:00 Summing up & Discussion  
Get together – Snacks & Drinks



WLAN access in room no.0938:  
SSID ("WLAN-Name"): mwn-events  
UserID: "caco-20151217"  
PW: "OCWDVUnS,."

Please follow the instruction of the LRZ – Leibniz Supercomputing Centre:  
<http://www.lrz.de/services/netz/wlan-en/mwn-events-en/>

**Contact**  
Dr. Martin Daumer  
Scientific Director  
Sylvia Lawry Centre –  
The Human Motion Institute  
Hohenlindener Str. 1  
81677 Munich  
Germany

Tel: +49 89 2060 269 20  
Fax: +49 89 2060 269 51  
[martindaumer@gmail.com](mailto:martindaumer@gmail.com)