

**5. PNI**  
KONGRESS  
INNSBRUCK

**2.-4.10.2026**

**PSYCHONEUROIMMUNOLOGIE**

**Mensch beweg dich!**

**VORTRAGENDE:**

Andreas Brandl, München | Damir del Monte, Karlsruhe | Robert Erbedinger, Mainz | Kristina Gebhardt, Gießen | Rainer Gross, Wien | Hanspeter Gubelmann, Zürich | Alexander-Stephan Henze, Ulm | Karsten Krüger, Gießen | Percy Marshall, Bournemouth | Michael Meyen, München | Ansgar Mohnkern, Amsterdam | Felix Post, Koblenz | Christian Schubert, Innsbruck | Götz Welsch, Hamburg | Kati Wiedenbrüg, Gießen | Philipp Zimmer, Dortmund

Sehr verehrte Damen und Herren,

es freut mich sehr, Ihnen mitteilen zu können, dass zwischen dem 2. und dem 4. Oktober 2026 im Congress Innsbruck der 5. Kongress „Psychoneuroimmunologie im Lauf des Lebens“ stattfinden wird. Das Motto diesmal: „Mensch beweg Dich!“.

Die Psychoneuroimmunologie, kurz PNI, ist eine faszinierende und aufstrebende Wissenschaftsdisziplin, die sich anschickt, gängige Ansichten von Gesundheit und Krankheit im wahrsten Sinne des Wortes auf den Kopf zu stellen. Ein Bereich, der in diesem Zusammenhang besondere Aufmerksamkeit verdient, ist die Sportmedizin.

Im Rahmen unseres 5. PNI-Kongresses werden eine Reihe von renommierten Referentinnen und Referenten der Sportmedizin, Sportpsychologie und Sportmedien versuchen, Antworten auf folgende Fragen zu geben: Wie wirkt sich stressbedingte Entzündung auf die Performance im Breiten- und Leistungssport aus? Wie kann man das Immunaltern durch Bewegung beeinflussen? Wie lässt sich durch „Prähabilitation“ der Heilungserfolg bei Sportverletzungen verbessern? Was macht ein Sportpsychologe im Leistungssport?

Das diesjährige Kongressmotto „Mensch beweg dich“ ist aber auch gesellschaftskritisch zu verstehen. Wie konnte der Sportler zum Instrument der Leistungsgesellschaft und damit zur Ware werden? Wie wird dieser Status medial gefördert und aufrechterhalten? Was

braucht es in Zukunft, um wieder mehr Ganzheitlichkeit und Menschlichkeit in den (Leistungs)sport zu bringen. Kurz gesagt: Es wird auf dem 5. Kongress „Psychoneuroimmunologie im Lauf des Lebens“ erneut um die entscheidende Frage gehen, nämlich wie der Materialismus in Medizin und Gesellschaft überwunden werden kann.

Immer mehr Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus verschiedenen Bereichen des Gesundheitswesens (u.a. Medizin, Psychologie, Psychotherapie, Heilpraktik) nahmen 2016, 2018, 2022 und 2024 an den ersten vier Kongressen „Psychoneuroimmunologie im Lauf des Lebens“ in Innsbruck teil. Das steigende rege Interesse freut uns sehr und macht klar, dass der „Aufbruch in eine neue Medizin“ von vielen gewünscht wird und begleitet werden will. Mittlerweile hat unser Kongress ein Alleinstellungsmerkmal in der deutschsprachigen Kongresslandschaft errungen, welches nicht zuletzt durch Ihr Interesse an unserem Thema begründet ist.

Ich lade Sie wie immer herzlich ein, nach Innsbruck ins Herz der Alpen zu kommen und dort auf dem 5. Kongress „Psychoneuroimmunologie im Lauf des Lebens“ aufregende Tage ganzheitlicher Wissenschaft zu erleben.



(Prof. Dr. Dr. Christian Schubert)

# VORLÄUFIGES PROGRAMM

## FREITAG, 02.10.2026

### PLENARSITZUNG VON 13:00 – 19:00 UHR

- 13:00 – 13:30 Uhr** | **ERÖFFNUNG**  
Christian Schubert
- 13:30 – 14:20 Uhr** | **PHILIPP ZIMMER**  
Sport als Medikament am Beispiel des Tryptophanmetabolismus
- 14:20 – 15:00 Uhr** | **KAFFEEPAUSE**
- 15:00 – 15:50 Uhr** | **DAMIR DEL MONTE**  
Das bewegte Gehirn – Neuroanatomie der Motorik
- 15:50 – 16:30 Uhr** | **KAFFEEPAUSE**
- 16:30 – 17:20 Uhr** | **KRISTINA GEBHARDT**  
Immunologische Balance im Sport: Pro- und Anti-inflammatorische Zustände und ihre Bedeutung für Gesundheit und Leistung
- 17:20 – 18:10 Uhr** | **RAINER GROSS**  
Ein psychoanalytischer Blick auf aktuelle Phänomene – zwischen Kritik der instrumentellen Vernunft und Analyse einer überhöhten Subjektivität
- 18:10 – 19:00 Uhr** | **MICHAEL MEYEN**  
Tugendtanz statt Fußball. Wie die schönste Nebensache der Welt erst vom Fernsehen und dann von den Plattformen gekapert wurde
- Ab 19:00 Uhr** | **Get-together im Congress Innsbruck**

## SAMSTAG, 03.10.2026

### PLENARSITZUNG VON 09:00 – 16:30 UHR

- 09:00 – 09:50 Uhr** | **KARSTEN KRÜGER**  
Bewegung und Immunaltern – Einblick in die Psychoneuroimmunologie des gesunden Alterns
- 09:50 – 10:15 Uhr** | **ROBERT ERBELDINGER**  
Intro zu „Prehabilitation“
- 10:15 – 10:40 Uhr** | **ALEXANDER-STEPHAN HENZE**  
Die Prehabilitation als entscheidendes *Open Window* in der Sportmedizin  
Rehabilitation
- 10:40 – 11:10 Uhr** | **KAFFEEPAUSE**

# VORLÄUFIGES PROGRAMM

- 11:10 – 11:35 Uhr** | **PERCY MARSHALL**  
*Mind Over Matter* physikalische Medizin zwischen Sickness und Health Behavior
- 11:35 – 12:00 Uhr** | **GÖTZ WELSCH**  
Prehabilitation: Transfer in die Realversorgung und Medizinische Ausbildung
- 12:00 – 12:25 Uhr** | **FELIX POST**  
Herz – mehr als nur ein Muskel
- 12:25 – 12:50 Uhr** | **PANEL DISCUSSION**
- 12:50 – 14:50 Uhr** | **MITTAGSPAUSE**
- 14:50 – 15:40 Uhr** | **DINO DORADO**
- 15:40 – 16:30 Uhr** | **HANSPETER GUBELMANN**  
A healthy mindset in elite sports – mehr als eine idealisierte Wunschvorstellung

## WORKSHOPS VON 17:00 – 19:00 UHR

- WS 01 | DAMIR DEL MONTE UND FREDERIK SIEMES**  
Körper, Bewegung, Schmerz – Vom Spüren, Differenzieren und Regulieren
- WS 02 | HANSPETER GUBELMANN**  
Mentale Gesundheit, Resilienz und Safe Sport: Psychoedukative Ansätze und Angebote der Angewandten Sportpsychologie im Nachwuchsleistungssport
- WS 03 | ROBERT ERBELDINGER, PERCY MARSHALL, FELIX STROBL**  
Von der Notwendigkeit der ganzheitlichen Sicht im Sport und darüber hinaus
- WS 04 | KARSTEN KRÜGER**  
Barrieren überwinden, Aktivität starten!
- WS 05 | MICHAEL MEYEN**  
Medialisierung des Profisports: Formate, Regeln, Sieger als Folge von TV- und Netzlogik
- WS 06 | RAINER GROSS**  
Vertiefung des Vortrags „Ein psychoanalytischer Blick auf aktuelle Phänomene...“
- WS 07 | CHRISTIAN SCHUBERT**  
Psychoneuroimmunologische Forschung in der eigenen Praxis – wie geht das?
- WS 08 | PHILIPP ZIMMER**  
Sport als Medikament bei Tumorerkrankungen

# VORLÄUFIGES PROGRAMM

**SONNTAG, 04.10.2026**

## **PLENARSITZUNG VON 08:30 – 13:00 UHR**

- 08:30 - 09:20 Uhr** | **CHRISTIAN SCHUBERT**  
Psycho-Dynamik in der PNI: Kann eine Kurzzeitpsychotherapie die Stresssystemfunktion bei rheumatoider Arthritis korrigieren?
- 09:20 - 10:10 Uhr** | **ANDREAS BRANDL**  
Dynamiken von Mind und Body: wie tägliche Lebensereignisse unsere Bewegung beeinflussen
- 10:10 – 10:55 Uhr** | **KAFFEPAUSE**
- 10:55 – 11:45 Uhr** | **KATI WIEDENBRÜG**  
Bewegung ist alles?! Ein interdisziplinärer Blick auf Inflammation im Spitzensport
- 11:45 - 12:35 Uhr** | **ANSGAR MOHNKERN**  
Ein geniales Rennpferd: Über Normierung im Sport, insbesondere im Fußball
- 12:35 – 13:00** | **VERABSCHIEDUNG**
- 13:00 – 15:00** | **MITTAGSPAUSE**

## **WORKSHOPS VON 15:00 – 17:00 UHR**

- WS 09 |** **ANDREAS BRANDL**  
Embodied cognition: körpertherapeutische Interventionen zur Verbesserung der Selbstwahrnehmung
- WS 10 |** **SABINE MAYER**  
Achtsames Bewegen und Körperwahrnehmung als Ressourcen für ein gesundes (sportliches) Leben
- WS 11 |** **ANSGAR MOHNKERN**  
Was heißt eigentlich: Leistung?
- WS 12 |** **JORGOS KAVOURAS**  
Wilhelm Reich – wenn Psyche politisch wird
- WS 13 |** **LUDWIG SACHS**  
Auxotraining: Eine neue Krafttrainingsmethode für Körper und Geist

# VORLÄUFIGES PROGRAMM

- WS 14 | INGE JARL CLAUSSEN**  
Vegetative training - Self regulation – Experiences - organismic normalisation –  
rejuvenation-expanding possibilities
- WS 15 | FELIX STROBL**  
Evidenzbasiert Atmen, um Stress und Leistung gezielt zu regulieren
- WS 16 | MONIKA LEITNER**  
Körperkompetenz in der therapeutischen Praxis