

## Referenten

### Heiko Anthonisen

Facharzt für Arbeitsmedizin, VBG – Gesetzliche Unfallversicherung, Bergisch Gladbach

✉ [heiko.anthonisen@vbg.de](mailto:heiko.anthonisen@vbg.de)

### Benno Beckmann

Entwicklungsleiter, RECARO Gaming GmbH & Co. KG, Stuttgart

✉ [benno.beckmann@recaro-gaming.com](mailto:benno.beckmann@recaro-gaming.com)

### Christoph Bich

Team Leader Ergonomics and Comfort, RECARO Aircraft Seating GmbH & Co. KG, Schwäbisch Hall

✉ [christoph.bich@recaro-as.com](mailto:christoph.bich@recaro-as.com)

### Florian Braatz

Manager Project Management, Humanetics Digital Europe GmbH, Aschheim-Dornach

✉ [fbraatz@humaneticsgroup.com](mailto:fbraatz@humaneticsgroup.com)

### Prof. Dr. Jens Bucksch

Professur für Prävention und Gesundheitsförderung an der Fakultät für Natur- und Gesellschaftswissenschaften, Pädagogische Hochschule Heidelberg

✉ [bucksch@ph-heidelberg.de](mailto:bucksch@ph-heidelberg.de)

### Prof. Dr.-Ing. Sebastian Dendorfer

Professor für Biomechanik, Muskuloskeletale Simulation und Technische Mechanik, OTH Regensburg

✉ [sebastian.dendorfer@oth-regensburg.de](mailto:sebastian.dendorfer@oth-regensburg.de)

### Dr. Thomas Fietz

Referent Veranstaltungskonzeption und -methoden, Institut für Arbeit und Gesundheit der DGUV (IAG), Dresden

✉ [thomas.fietz@dguv.de](mailto:thomas.fietz@dguv.de)

### Susan Freiberg

Referentin im Referat Arbeitswelten, Mobilität und Gesundheit, Institut für Arbeit und Gesundheit der DGUV (IAG), Dresden

✉ [susan.freiberg@dguv.de](mailto:susan.freiberg@dguv.de)

### Dr.-Ing. Yanlong Gao

Konzeptspezialist Interieur frühe Phase, BMW AG, München

✉ [yanlong.gao@bmw.de](mailto:yanlong.gao@bmw.de)

### Dr. Marco Giurgiu

Akademischer Mitarbeiter, Karlsruher Institut für Technologie (KIT), Institut für Sport und Sportwissenschaft, Karlsruhe

✉ [marco.giurgiu@kit.edu](mailto:marco.giurgiu@kit.edu)

### Dipl.-Ing. Rainer E. Grünen

Beratender Ingenieur, Experte für Ergonomie und Humanfaktoren, Mobilität, Automotive und Produkt-Design, VDI, CIEHF, Trier

✉ [reg@prgallery.de](mailto:reg@prgallery.de)

### PD Dr. Carmen Jochem

Wissenschaftliche Mitarbeiterin Lehrstuhl für Planetary & Public Health, Universität Bayreuth

✉ [carmen.jochem@uni-Bayreuth.de](mailto:carmen.jochem@uni-Bayreuth.de)

### Lena Kautetzky

Qualitätsmanagement, Finanzbuchhaltung und Accounting, Kautetzky Internationale Spedition GmbH & Co. KG, Stadtallendorf

✉ [lena.kautetzky@kautetzky.de](mailto:lena.kautetzky@kautetzky.de)

### Roman Klare

CEO Topfit GmbH, Regensburg

✉ [roman.klare@topfit.gmbh](mailto:roman.klare@topfit.gmbh)

### Martin Knaup

Human Factors Engineer, EDAG aeromotive GmbH, EDAG Group, Ingolstadt

✉ [martin.knaup@edag.com](mailto:martin.knaup@edag.com)

### Prof. Dr. Simone Kubowitsch

Professur für Wirtschaftspsychologie und Personalpsychologie, Technische Hochschule Augsburg

✉ [simone.kubowitsch@tha.de](mailto:simone.kubowitsch@tha.de)

### Prof. Dr. Dr. Michael Leitzmann

Lehrstuhlinhaber für Epidemiologie und Präventivmedizin, Universität Regensburg

✉ [michael.leitzmann@ukr.de](mailto:michael.leitzmann@ukr.de)

### Walter Röhr

ehemaliger Profirennfahrer, mehrmaliger Rallyefahrer-Weltmeister und -Europameister, Regensburg

✉ [Roehrl.walter@t-online.de](mailto:Roehrl.walter@t-online.de)

### Dipl.-Ing. Roger Schwarz

TRANSFRIGORROUTE-Geschäftsführer, Bundesverband Güterkraftverkehr Logistik und Entsorgung (BGL) e.V., Leiter Abteilung Technik des BGL, Frankfurt am Main

✉ [schwarz@bgl-ev.de](mailto:schwarz@bgl-ev.de)

### Dr. Birgit Sperlich

Akademische Rätin am Institut für Sportwissenschaften, Julius-Maximilians-Universität Würzburg

✉ [birgit.sperlich@uni-wuerzburg.de](mailto:birgit.sperlich@uni-wuerzburg.de)

### Maximilian Stanglmeier

Specialist Engineering Change Management, BMW AG, München

✉ [maximilian.stanglmeier@bmw.de](mailto:maximilian.stanglmeier@bmw.de)

### Prof. Dipl.-Ing. Johann Tomforde

Geschäftsführender Gesellschafter, TEAMOBILITY, Böblingen

✉ [tomforde@teamobility.de](mailto:tomforde@teamobility.de)

### Peer-Oliver Wagner

ehemaliger Leiter Ergonomie und Komfort, BMW AG, München

✉ [schwarzer-wagner@t-online.de](mailto:schwarzer-wagner@t-online.de)

### Dr. Britta Weber

Referatsleiterin Gestaltung neuer Arbeitsformen, Institut für Arbeitsschutz (IFA), Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV), Sankt Augustin

✉ [britta.weber@dguv.de](mailto:britta.weber@dguv.de)

### PD Dr. med. Stephan W. Weiler

Werksarzt, Abteilung Präventive Arbeitsgestaltung, Audi AG, Ingolstadt

✉ [stephan.weiler@audi.de](mailto:stephan.weiler@audi.de)

### Philipp Weng

Group Speaker Ergonomics, RECARO Aircraft Seating GmbH & Co. KG, Schwäbisch Hall

✉ [philipp.weng@recaro-as.com](mailto:philipp.weng@recaro-as.com)

### Prof. Dr. Dirk Windemuth

Professor für Casemanagement/Psychologie an der Hochschule Bonn-Rhein-Sieg, Fachbereich Sozialversicherung, Direktor des Instituts für Arbeit und Gesundheit der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (IAG), Dresden

✉ [dirk.windemuth@dguv.de](mailto:dirk.windemuth@dguv.de)

## Anmeldung

Bitte verwenden Sie die **Online-Anmeldung** auf unserer Website.

Anmeldungen sind verbindlich und werden sofort bestätigt.



## Teilnahmegebühr

		Studierende
Donnerstag, 18.09.	190,00 €	70,00 €
Freitag, 19.09.	170,00 €	50,00 €
18.09. & 19.09.	300,00 €	120,00 €

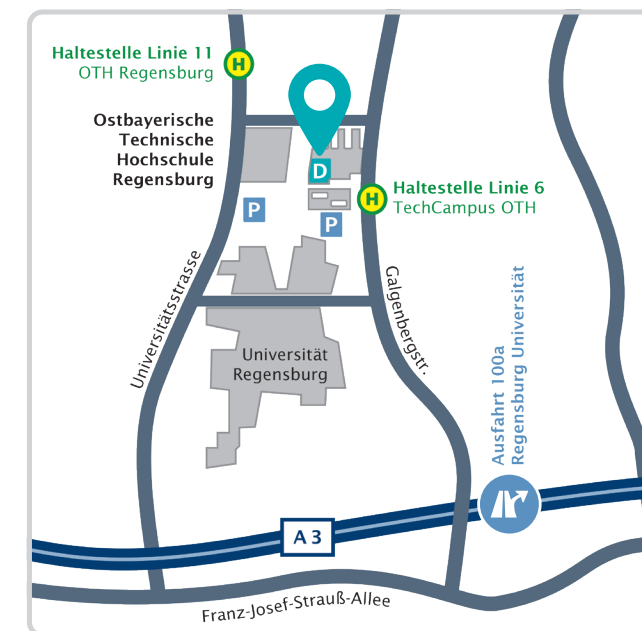
## Veranstaltungsort

Hörsaal D002, Fakultät Maschinenbau  
Ostbayerische Technische Hochschule Regensburg

Galgenbergstraße 30  
93053 Regensburg



GPS-Koordinaten:  
49.001531, 12.097420



OTH REGENSBURG

GESUNDES  
SITZEN

18 & 19  
SEPTEMBER  
2025

SYMPOSIUM

## Geleitwort

Sitzen ist ein fester Bestandteil unseres Alltages. In umfassender Darstellung wird von namhaften Referenten das Sitzen in **dynamischer** Umgebung und in **statischer** Umgebung abgedeckt. Die Anforderungen sind je nach Aufgabenstellung unterschiedlich. Gleichwohl lassen sich von gesundheitlichen Grundlagen Grundsätze ableiten, die uns bei Planung und Umsetzung günstiger Sitzkonzepte helfen. Mit diesem Symposium werden **innovative** Lösungsansätze demonstriert.

Für die konzeptionelle Mitgestaltung dieser Zusammenstellung **danke** ich insbesondere Susan Freiberg, Michael Leitzmann, Johann Tomforde, Peer-Oliver Wagner und Dirk Windemuth.

Unser gemeinsames Ziel: Sitzen muss gesünder werden. Ich wünsche Ihnen ein anregendes Symposium!



Leiter der Forschungsstelle Orthopädie und Ergonomie in der Fakultät Maschinenbau der OTH Regensburg



## Wissenschaftliche Leitung

Prof. Dr. med. Dr. h.c. mult. Joachim Grifka



## Zertifizierung

Die Zertifizierung wird bei der Bayerischen Landesärztekammer beantragt.

## Fahrzeugsitz

12:30 **Registrierung** der Teilnehmer

13:00 Begrüßung durch Joachim Grifka

## Einführungsreferat

*Rainer Grünen*  
Ergonomie des Fahrzeugsitzes

## Fahrsitze in Transportern, LKWs und Bussen

*Roger Schwarz*  
Fernverkehrseinsatz für Fahrzeug und Fahrer – Fahrer Arbeitsplatz und zeitgemäße Kabinenausstattung

*Johann Tomforde*  
Neue Fahrerplatz-Perspektiven durch innovative Cockpit- und Sitzsysteme

*Lena Kautetzky*  
Das Fahrerhaus aus Sicht des Fahrers

**Round table**  
*Grifka [Moderation], Schwarz, Tomforde, Kautetzky*



14:40 Pause



## Kongresssekretariat

Sandra Geis, Forschungs Koordinatorin

Telefon: +49 941 943-5174

✉ [sandra.geis@oth-regensburg.de](mailto:sandra.geis@oth-regensburg.de)

15:00 **Anforderungsprofile und technische Umsetzung für PKWs**

*Sebastian Dendorfer*  
Zahlen statt Meinung – virtuelle Ganzkörpermodelle für die Mensch-Fahrzeug-Interaktion

*Florian Braatz*  
Datenbasierte Modellierung von Fahrersitz und Lenkradposition

*Yanlong Gao*  
Sitzposition hinsichtlich Pedalbetätigung

*Maximilian Stanglmeier*  
Schlafendes Fahren: Optimale Liegehaltung für das automatisierte Fahren

**Round table**  
*Wagner [Moderation], Dendorfer, Braatz, Gao, Stanglmeier*



16:30 Pause

## Flugzeugsitz

*Philipp Weng*  
Schlüsselemente der passagierzentrierten Entwicklung von Fluggastsitzen

*Martin Knaup*  
Kampfjet Schleudersitze

**Round table**  
*Tomforde [Moderation], Weng, Knaup*

17:40 **Festvortrag**

*Walter Röhr*  
Arbeitsplatz Rallye-Fahrzeug

18:10 **Meet the Experts**  
Ausstellung und kulinarischer Ausklang

## Büroarbeitsplatz und Homeoffice

08:30 **Registrierung** der Teilnehmer

09:00 **Sozio-epidemiologische Daten**

*Carmen Jochem*  
Sedentäres Verhalten – Gesundheitsfolgen und Kosten

*Marco Giurgiu*  
Sedentäres Verhalten – digitale Erfassungsmethoden und Auswirkung auf die mentale Verfassung

*Simone Kubowitsch*  
Psychologie des Sitzens

*Birgit Sperlich*  
Trenddaten des sedentären Verhaltens in Deutschland

**Round table**  
*Leitzmann [Moderation], Jochem, Giurgiu, Kubowitsch, Sperlich*



10:20 Pause

**Forschungsstelle  
Orthopädie und Ergonomie**  
Fakultät Maschinenbau  
OTH Regensburg



10:40 **Grundsätze der Verhältnis- und Verhaltensprävention**

*Britta Weber*  
Bewegtes Sitzen

*Joachim Grifka*  
Thoraxstütze statt Lordosestütze

*Heiko Anthonisen*  
Grundsätze der Verhältnisprävention

*Stephan Weiler*  
Gesundes Sitzen – ein Realitätscheck aus Sicht des Arbeitsmediziners

*Roman Klare*  
Moderne Umsetzungen für BGM

**Round table**  
*Grifka [Moderation], Weber, Anthonisen, Weiler, Klare*



12:10 Pause

12:40 **My Home is my Office**

*Susan Freiberg*  
Gesund und sicher Arbeiten im Homeoffice

*Thomas Fietz*  
Architektur und Ergonomie im Co-Working-Space

*Jens Bucksch*  
Sitzen an Büroarbeitsplätzen – Ansätze und Herausforderungen aus einer Evidenzperspektive

*Johann Tomforde*  
mp#host – Perspektiven und Konzepte für das hybride und digitale Arbeiten außerhalb von Büros

**Round table**  
*Windemuth [Moderation], Freiberg, Fietz, Bucksch, Tomforde*

14:00 **Die Zukunft des Sitzens**

*Benno Beckmann*  
Gaming-Stuhl statt Chefsessel?  
Work hard – play hard!

14:30 **Verabschiedung** der Teilnehmer