

## Dr. med. Matthias Marquardt – Die Vita



**Matthias Marquardt** ist Internist und anerkannter Sportmediziner. Er verfasste den Bestseller „Die Laufbibel“ und ist ein gefragter Experte für Motivation, Gesundheit, Ernährung und Work-Life-Balance.

### Internist und Chirotherapeut

Matthias Marquardt praktiziert in eigener Praxis in Hannover. Als Internist und Chirotherapeut ist er Experte für Prävention: In seiner Praxis bietet er umfangreiche sportmedizinische Vorsorgeuntersuchungen auf höchstem Niveau an, für die er im gesamten Bundesgebiet bekannt ist.

### Autor & Redner

Dr. Marquardt hat 14 Bücher zu Fragen des Laufsports, der Work-Life-Balance und der Sportmedizin veröffentlicht. Neben der Tätigkeit in seiner Praxis ist er ein gefragter Redner, der schon mehr als 800 Seminare und Vorträge hielt. Dabei begeistert Marquardt sein Publikum mit seinem Fachwissen, seiner aufrichtigen Ansprache und seinem Humor.

### Sportmediziner & aktiver Sportler

Marquardt begeistert Läufer und Triathleten seit über 15 Jahren für seine bekannten Trainingsmethoden. Seine oft erstaunlichen sportmedizinischen Einblicke gibt er auf zahlreichen medizinischen Kongressen weiter. Und Dr. Marquardt weiß, wovon er spricht: Er machte 10 Jahre Leistungssport im Marathon und Ironman-Triathlon. Den Berlin-Marathon lief er in 2:51 Stunden – trotz unzähliger Verletzungen.

### Berater für Unternehmen

Wegen seiner fachlichen Expertise und großen medialen Präsenz (u.a. in ZDF, Fit for Fun, Brigitte, Men's Health) haben die Unternehmen „Intersport“, „Asics“, „Medi“ und „Intercity Hotels“ Dr. Marquardt viele Jahre als Berater und Markenbotschafter eingesetzt.



„Laufpapst!“



„Deutschlands vielseitigster Lauftrainer.“



„Laufguru.“



„Aufregung macht sich im Joggerherz breit: Audienz beim Laufpapst Dr. Matthias Marquardt.“

## Dr. med. Matthias Marquardt – Die Fakten

- Matthias Marquardt studierte Humanmedizin an der Georg-August-Universität Göttingen und der Medizinischen Universität zu Lübeck und schloss mit dem Staatsexamen ab.
- **2006 promovierte er zum Doktor der Medizin.** Seine Dissertation verfasste er zur „Zinkhomöostase des Sportlers im Hinblick auf die Akute Phase Reaktion und renale Zinkverluste nach sportlicher Belastung“.
- Marquardt absolvierte die Weiterbildung zum **Facharzt für Innere Medizin.** Er arbeitete dabei in den Kliniken für Nieren-, Hochdruck- und Gefäßkrankheiten, Angiologie, Pneumologie und Rheumatologie der Krankenhäuser „Oststadt Heidehaus“ und „Siloah“ in Hannover.
- Dr. Marquardt erwarb Zusatzqualifikationen für **Chirotherapie/Manuelle Medizin, Sportmedizin, K-Taping.**
- Neben der Inneren Medizin liegen Marquardts Arbeitsschwerpunkte in der **Versorgung von orthopädischen Überlastungserscheinungen, Einlagenversorgung, Bewegungsanalyse und Leistungsdiagnostik.** Läufer und Triathleten begeistert Marquardt seit über 15 Jahren für seine bekannten Trainingsmethoden.
- Dr. Marquardt veröffentlichte **14 Buch-Titel** (u.a. „Die Laufbibel“, Bestseller und Standardwerk des Laufsports) und ist ein gefragter Redner. Er hielt mehr als 800 Seminare und Fortbildungen. Darüber hinaus schult er Ärzte, Physiotherapeuten und Orthopädietechniker in Sportmedizin und Bewegungsanalyse.
- Dr. Marquardt war erfolgreicher Markenbotschafter für Firmen wie Intersport, Asics, Medi und Intercity Hotels.
- Dr. Matthias Marquardt wurde 1977 in der Lüneburger Heide geboren. Heute lebt er mit seiner Familie in Hannover.

