

## PROFIL

### Dr. med. Peter Konopka

Internist - Sportmedizin, Yogalehrer  
Büchnerstraße 1, 86161 Augsburg  
Telefon: 0821 55 59 77, Internet: [www.konopka-dr.de](http://www.konopka-dr.de)



#### Schwerpunkte

- Präventivmedizin
- Fitness, Training, Ernährung
- Entspannung, Yoga
- Sachbuchautor:
  - Radsport, Sporternährung
  - Körperliche und geistige Fitness
  - Entspannung, Stressabbau, Yoga
  - Komplementäre Medizin, Diabetes

#### Vita

Studium der Medizin an den Universitäten in Erlangen, Tübingen und München. Als Assistent des damaligen Vereinsarztes des FC Bayern München konnte er zusätzlich wertvolle sportärztliche Erfahrungen sammeln. Anschließend absolvierte er eine gründliche internistische Ausbildung und war von 1977 bis 2003 als Oberarzt in der II. Medizinischen Klinik am Zentralklinikum in Augsburg tätig.

Neben seiner beruflichen Tätigkeit war er aktiver Radrennfahrer. Mit Radweltmeister Rudi Altig als Bundestrainer war Dr. Konopka zwölf Jahre sportärztlicher Betreuer der Deutschen Rad-Nationalmannschaften der Straßenradrennfahrer und Querfeldeinfahrer bei Trainingslagern und Etappenrennen sowie bei insgesamt 16 Weltmeisterschaften und Olympischen Spielen.

Seine Erfahrungen gibt er als Sportmediziner, Seminarleiter und Sachbuchautor weiter. Seine Bücher über Radsport und Sporternährung sind Bestseller - mit einer Gesamtauflage von weit über 300.000 Exemplaren. Als Sportmediziner widmete er sich vor allem der Gesundheit und Fitness sowie der Prävention - mit den vier Pfeilern der Gesundheit: Denken, Bewegung, Ernährung und Entspannung.

Außerdem wurde er von seinem indischen Yogalehrer, Herrn Jonas Remedios, zum Yogalehrer ausgebildet und 1991 zu seinem Nachfolger als Leiter seiner Yoga-Schule in Augsburg bestimmt..

#### Veröffentlichungen (Auswahl)

- Radsport. BLV Verlagsgesellschaft München, Wien, Zürich 9. Auflage 2006
- Richtig Rennradfahren. BLV Verlagsgesellschaft München, Wien, Zürich 6. Auflage 2006
- Sporternährung (für Leistungs- und Hochleistungssportler).  
BLV Sportwissen, BLV Verlagsgesellschaft München, Wien, Zürich 11. Auflage 2008
- Richtig Sporternährung (für Breiten- und Gesundheitssportler).  
BLV Sportpraxis Top, BLV Verlagsgesellschaft München, Wien, Zürich 2003
- Fit in der Lebensmitte. Das Gesundheitsprogramm für Ihre Bestform.  
Econ Verlag Berlin 2005
- Entspannung und richtige Atmung. Der Weg zu Ruhe und Gelassenheit.  
Econ Verlag Berlin 2005
- Diabetes - alles was Sie wissen müssen (zusammen mit Dr. J. Kunder),  
BLV Verlagsgesellschaft München, Wien, Zürich 2006
- Krebs, Immunsystem und Ernährung. Ein Ratgeber für Patienten.  
WVG Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft Stuttgart 2. Auflage 2008