

Samstag 3. November 2018

Kongress-Programm Teil 2

Programm

9. Internationaler
Hamburger Sport-Kongress

Freitag 2.11.2018 ♦ 12.00–18.30 Uhr

Pre-Kongress SMART – Digitalisierung im Sport
Haus des Sports ♦ Schäferkampsallee 1 ♦ 20357 Hamburg

- 12.15–13.45
- ♦ Digitalisierung als gesellschaftliche Zukunftsaufgabe | Brigitte Zypries
 - ♦ Technologische Innovationen als Treiber der Sportentwicklung | Prof. Dr. Andreas Hebbel-Seeger
 - ♦ Digitale Transformation und die Bedeutung für den Sport – Evolution oder Paradigmenwechsel | Prof. Dr. Bernhard Kölmel
- 14.00–15.15
- ♦ Wearables, Gesundheitstracker ... wohin geht die Reise? | Martin Strehler ♦ Digitales Management im Verein | Prof. Dr. Lutz Thieme
- 15.45–17.00
- ♦ Präsentation von Software Lösungen | campai, Alexander Adam | COYO, Benjamin Tasche | AthletX, Florian Hansmann
 - ♦ eSport – Sport oder Nicht-Sport? | Peter Lemcke
 - ♦ Was Sportvereine vom eSport lernen können | Oliver Redelfs
- 17.15–18.30
- ♦ Wo liegt die digitale Zukunft der Vereine: **Abschlussforum** mit | Christoph Holstein | Michaela Röhrbein | ehem. Prof. Dr. Hans-Jürgen Schulke | Prof. Dr. Lutz Thieme | Brigitte Zypries u. a.

Freitag 2.11.2018 ♦ 13.00–19.00 Uhr

Fitness-Studio-Special
HT16 ♦ Sievekingdamm 7 ♦ 20535 Hamburg

Dieses Special richtet sich an Studioleiter*innen, Trainer*innen und andere im Fitness-Studio tätige oder interessierte Personen. Die Fitness-Welt war noch nie so vielfältig und bunt wie zur Zeit. Was gibt es auf dem Markt? Was kann ich davon auf mein Studio übertragen? Diese und weitere Aspekte werden von Fitnessexperten wie Prof. Niels Nagel, Marc Rohde, Prof. Billy Sperlich und Dr. Heinz Kleinöder dargelegt. In der abschließenden Podiumsdiskussion werden sich alle Fitnessexperten gemeinsam mit dem Fachmann zum Thema Datenschutz Ralf Wickert unter der Moderation von Patrick Mielke über »Fitness 2025 – Chancen und Herausforderungen der Zukunft« auseinandersetzen. In der Kaffeepause wird eine Begehung des neuen Sportzentrums der HT16 angeboten. Wer möchte, kann sich zum gemeinsamen Abendessen inkl. Austauschmöglichkeiten unter Kolleg*innen anmelden.

Verband für Turnen und Freizeit Hamburg e.V.
Schäferkampsallee 1 ♦ 20357 Hamburg

Das ausführliche Programm schicken wir gerne zu, weitere Informationen und die **Online-Anmeldung** finden Sie unter:
www.hamburger-sport-kongress.de

9. Internationaler
Hamburger Sport-Kongress

2.-4. November 2018

Programmübersicht

VERANSTALTER

Verband für Turnen und Freizeit
Deutscher Turner-Bund
mit KOOPERATIONSPARTNERN



	550 Reha-Sport	600 TOGU®	650 Artzt Institut	700 Stark und gelassen	750 Just Yoga und Pilates	800 Music First	900 Train the Trainer				
11.30–13.00	552 Vortrag Herz InForm Bewegung als DIE Prävention und Therapie von Herz-Kreislauf-Erkrankungen Dr. Henning SeEVERS	602 Workshop TOGU® Faszientraining im Alter Heike Oellerich	652 Vortrag Artzt Institut Vitality Flossing – Das Konzept Dominik Suslik	702 Workshop Entspannen mit Stille und Entschleunigung – kleine Übungen für zwischendurch Ruth Arens	712 Workshop Ki-Do-In Uwe Bujack	722 Workshop Speed Meditation – Entspannung und Fokus für Gestresste Andrea Kubasch	752 Workshop Yoga und Spiraldynamik® Grundlagen Eva Hager-Forstenlechner	762 Workshop The Wall – Das Geheimnis der tiefen Hüftöffner und Core-Stabilität Dirk Bennewitz	802 Workshop 3/4 Wellness Dance mit bunten Kreppbändern Tanja Ade	812 Workshop Aerobic classical Kai Bollinger	902 Workshop Inner Balance – der gelassene Kursleiter Harald Kümmel
14.15–15.45	553 Vortrag Herz InForm Präventive orthopädische Rückenschule – R.I.P.? Jörg Steinkamp	603 Workshop TOGU® Action & Release mit den FASZIO® Bällen Heike Oellerich	653 Workshop Artzt Institut Vitality Flossing – Linderung von Belastungssyndromen und Erste Hilfe Carsten Leicher	703 Workshop Gesunder Rücken, kraftvolle Mitte Heike Meidinger	713 Workshop Antara® Rücken – Gleichgewicht Karin Albrecht	723 Workshop Meditieren – Wie geht das? Einführung in die Achtsamkeitsmeditation Dr. Susanne Gentsch	753 Workshop Long, Slow, Deep Andrea Kubasch	763 Workshop Yoga Locomotion Dirk Bennewitz	803 Workshop Swing Workout Hendrik Schulz	813 Workshop Dance-Explosion! Miranta Tzivras	903 Seminar »Trainierst du noch oder schützt du schon?« – Sexualisierte Gewalt im Sport Josephine Rothlaender
16.15–17.45	554 Forum Herz InForm Die Herzgruppe – Veraltetes Konzept? S. Bittkau, Prof. Dr. H. Naegele Dr. H. SeEVERS u. a.	604 Workshop TOGU® Antara® meets TOGU® Simone Hennings	654 Workshop Artzt Institut Beweglichkeitsverbesserung durch Vitality Flossing Carsten Leicher Dominik Suslik	704 Workshop Rücken Fit von »Fuß bis Kopf« Tanja Ade	714 Workshop Aura spüren, hören, sehen Yogi Vidyanda (Rainer Kersten)	724 Workshop Feel the flow Heike Meidinger	754 Workshop Pilates für Athleten Christian Lutz	764 Workshop Yoga fürs Becken Sandra Cammann	804 Workshop 4STREATZ® Marcus Schweppe	814 Workshop Dancehall Chris Icon, Natalia Paul	904 Vortrag Individuelle Betreuung für heterogene Gruppen Nici Mende
18.15–19.45	555 Seminar Herz InForm Plötzlicher Herzstopp und Stressinfarkt – warum trifft es so häufig Sportler? Johanna Deinert	605 Workshop TOGU® Training für die Rückenfaszie Heike Oellerich	655 Workshop Artzt Institut Vitality Flossing für jedermann – Wie flosse ich mich selber? Dominik Suslik	705 Workshop Faszienbeweglichkeitstraining für einen gesunden Rücken, Franklin® Methode Christiane Greiner-Maneke	715 Workshop Best Balance für Senioren mit Qigong Divyam de Martin-Sommerfeldt	725 Workshop Bewegungspause – Brain Aktiv Beate Missalek	755 Workshop Yoga und Spiraldynamik® Fokus Schulter, Hand, Arm Eva Hager-Forstenlechner	765 Workshop Der Psoas in der Pilates Methode Christian Lutz	805 Workshop Step-Explosion! Miranta Tzivras	815 Workshop TaKeTiNa – Rhythmus mit dem Körper als Musikinstrument erleben Esther Diethelm	905 Workshop Fantasie und Intuition in der Kursstunde Harald Kümmel

Sonntag 4. November 2018

	556 FASZIO	600 TOGU®	656 Sport-Thieme	700 Stark und gelassen	750 Just Yoga und Pilates	800 Music First	900 Train the Trainer				
9.00–10.30	556 Workshop FASZIO® Faszien Yoga nach der FASZIO®-Methode Juliane Galke Miriam Wessels	606 Workshop TOGU® Fascial Sense & Release mit ActiBall Relax Gunda Slomka	656 WS Sport-Thieme Koordinationstraining mit Kleingeräten Michael Diessner	706 Workshop Hallux valgus – verstehen und behandeln nach der Franklin Methode® Luisa Merkel	716 Workshop Shiatsu Bodyflow Basic Gunter Seibel	726 Workshop Wirbelsäule 2018 Andreas Goller	756 Workshop Yoga und Spiraldynamik® Fokus Stamm (Kopf, Becken, Wirbelsäule) Ekkehard Hager	766 Workshop Accessible Yoga Dörte Kuhn	806 Workshop Beauty on Heels Romeyo Weiß	816 Workshop BODEGA moves® Nadine Brand	906 Workshop Selbst- und Zeitmanagement 3.0 – nachhaltige Strategien für den Alltag Josef Quester
11.00–12.30	557 Workshop FASZIO® Fantastic FASZIO® – Faszien in Action Heike Oellerich	607 Workshop TOGU® Rund um den Ball: Redondo® Ball Mini Gabi Fastner	657 WS Sport-Thieme Koordinationstraining mit Kleingeräten Michael Diessner	707 Workshop Yoga für Rücken und Nacken Pritpal Kaur	717 Workshop Der friedvolle Samurai – das neue Rückenkonzept Harald Kümmel	727 Workshop Qigong für Muskeln, Knochen und Sehnen Wilhelm Mertens	757 Workshop Agni – Power of Transformation Martina Mittag	767 Workshop Contemporary Pilates Flow Julia Staar	807 Workshop Back 2 Basic Aerobic Marcus Schweppe	817 Workshop Disco Party Hendrik Schulz	907 Vortrag Übungen vermitteln und Teilnehmer korrigieren – erprobte Strategien Chris Harvey
13.45–15.15	558 Workshop FASZIO® Dance, Move & Flow by FASZIO® M. Andrey, M. Müller M. Wessels, F. Wulff	608 Workshop TOGU® Modernes Rücken Training mit Jacaranda Gabi Fastner	658 WS Sport-Thieme Functional Zirkeltraining mit Kleingeräten Michael Diessner	708 Workshop Fadenspiele im Großseil – Menschen ersetzen die Finger Jörg Zastrow	718 Workshop Entspannung to go – Fünf Minuten Entspannungen Claudia Meyer		758 Workshop Erdung und Standfestigkeit – Energie und Lebensfreude. Der Beckenboden und Yoga Dr. Susanne Gentsch	768 Workshop Poweryogaetics Tim Stölken	808 Workshop Let the Show begin Be THE GREATEST SHOWMAN Kai Bollinger	818 Workshop BODEGA reflow® Nadine Brand	908 Workshop Nicht alles so persönlich nehmen – Die eigene Selbstsicherheit stärken Josef Quester
15.45–17.15	559 Workshop FASZIO® Faszien-Tuning mit Ball, Flossing Band, Tape und Cup by FASZIO® J. Galke, M. Wessels	609 Workshop TOGU® Wirbelsäulengymnastik mit Redondo® Ball Plus Gabi Fastner	659 WS Sport-Thieme Functional Zirkeltraining mit Kleingeräten Michael Diessner	709 Workshop Yoga zur Stressbewältigung – Methoden zum inneren Gleichgewicht Pritpal Kaur	719 Workshop Rücken und Qigong Wilhelm Mertens		759 Workshop Yoga und Achtsamkeit Sabine Boesinger	769 Workshop Detox Pilates Julia Staar	809 Workshop Chaire on Fire Romeyo Weiß	819 Workshop Ballet Barre Fitness Natascha Gohl	909 Vortrag Erfolgreich durch gutes Planen und Vorbereiten Jutta Schuhn

9. Internationaler Hamburger Sport-Kongress

Hochschule für Angewandte Wissenschaften (HAW)
2.-4. November 2018

Eröffnungsfeier Samstag 3.11.2018 ♦ 9-10 Uhr ♦ HAW Aula

- ♦ Moderation ♦ Rosemie
- ♦ Begrüßung und Eröffnung des Kongresses ♦ Dörte Kuhn
Vorsitzende des Verbandes für Turnen und Freizeit
- ♦ Stadtentwicklung durch Sport ♦ Staatsrat Christoph Holstein
Behörde für Inneres und Sport der Freien und Hansestadt Hamburg
- ♦ Auf in die digitale Welt: Was erwartet den Sport und die Sportvereine?
Prof. Dr. Lutz Thieme

Eröffnungsvorträge Samstag 3.11.2018 ♦ 10.15-11.00 Uhr
HAW Hörsäle ♦ Seminarräume (siehe Programmübersicht)

Anmeldung bis 14.9.2018 Frühbucher

	Sport-Kongress	Sport-Kongress plus Fitness-Studio-Special Fr ♦ Sa ♦ So	Sport-Kongress plus Pre-Kongress SMART Fr ♦ Sa ♦ So
	Sa ♦ So		
GYMCARD-Preis	155 Euro	200 Euro	200 Euro
Regulärer Preis	175 Euro	220 Euro	220 Euro

Anmeldung ab dem 14.9.2018

	Sport-Kongress	Sport-Kongress plus Fitness-Studio-Special Fr ♦ Sa ♦ So	Sport-Kongress plus Pre-Kongress SMART Fr ♦ Sa ♦ So
	Sa ♦ So		
GYMCARD-Preis	175 Euro	230 Euro	230 Euro
Regulärer Preis	195 Euro	250 Euro	250 Euro

Pre-Kongress SMART kann unabhängig vom Sport-Kongress gebucht werden

Anmeldung bis 14.9.2018	Fr ♦ 2.11.	Anmeldung ab dem 14.9.2018	Fr ♦ 2.11.
GYMCARD-Preis	65 Euro	GYMCARD-Preis	75 Euro
Regulärer Preis	85 Euro	Regulärer Preis	95 Euro

Samstag
3. November 2018

Kongress-Programm

	100 Sportivity und Vereinsmanagement	110 Sportivity und Vereinsmanagement	120 Sportivity und Vereinsmanagement	150 Akademie Specials	200 Wissen macht reich	250 Sportmedizin	300 Hard Work – Functional Training	350 Fitness, Workout & more	400 Leichtathletik i. Wandel	500 Betriebssport				
10.15-11.00	101 Eröffnungsvortrag Begeistert lernen mit Körper und Kopf Werner Tiki Küstenmacher	111 Eröffnungsvortrag Wie können Sportvereine innovative Technologien nutzen? Prof. Dr. Bernhard Kölmel	121 Eröffnungsvortrag Kunden hirngerecht einschätzen und gewinnen Dr. Jens Kegel	131 Eröffnungsvortrag Sportgesellschaft 2030 – Thesen und Trends zur Zukunft von Sport und Sportverein Anja Kirig	201 Eröffnungsvortrag Hypertrophie ... was sonst?! Prof. Dr. Stephan Geisler	211 Eröffnungsvortrag Bedeutung von Regeneration für die Trainingsplanung Prof. Dr. Patrick Rene Diel	221 Eröffnungsvortrag Power Posing Theorie Karin Albrecht	231 Eröffnungsvortrag Art Gerech – nie wieder Diät Peter Hinojal	251 Eröffnungsvortrag Immunsystem und Neurodegeneration – was kann Bewegungstherapie? Prof. Dr. Wilhelm Bloch		501 Eröffnungsvortrag BSV Facetten einer guten Fitness im Arbeitsleben Prof. Dr. Klaus-Michael Braumann			
11.30-13.00	102 Vortrag Können Vereine E-Sport? ehem. Prof. Dr. Hans-Jürgen Schulke	112 Seminar Mit Empowerment die Vorstandsarbeit gestalten Annegret Lohse	122 Vortrag HSB Bedarfsgerechte Sportstättenentwicklung am Beispiel Hamburg Bernard Kössler	152 Seminar Dosiswirkungsbeziehung bei Sport- und Bewegungstherapie Prof. Dr. Wilhelm Bloch	202 Seminar Ausdauerdiagnostik und -training Stefan Altmann	212 Workshop Power Posing Karin Albrecht	252 Vortrag Die Verletzung als Chance Dr. Dr. Homayun Gharavi	302 Workshop SCAPEGOAT Functional Training Hans Figueroa	312 Workshop 4XF Tough Class Adriano Valentini	352 Workshop Tensegrity Flow Gunda Slomka	362 Workshop REBODY® FTCOACH: »Funktionelle Atmungsmuster« Panos Pantas	372 Workshop Circuit Interval Training mit einfachen Utensilien Gesine Ratajczyk	402 Seminar HLV Leichtathletik im Wandel Klaus Jakobs Wolfgang Timm	502 Seminar BSV Betriebssport als Bestandteil der BGF Dr. Harald Gercke-Hahn Bernd Meyer
14.15-15.45	103 Vortrag Digitale Transformation – Warum Social Video Learning ein starker Hebel ist Dr. Frank Vohle	113 Vortrag Rückenfit – unsere Schule macht mit! Prof. Dr. Petra Jansen	123 Seminar HSB Sitzungen und Meetings im Verein – effizient und attraktiv gestalten Olivia Dorn	153 Vortrag Burnout – Sport als Ursache oder Therapie? Prof. Dr. Klaus-Michael Braumann	203 Vortrag Hypertrophie durch Muskelkraftausdauertraining! – Geht das? Gunda Slomka	213 Vortrag Welcher Stresstyp bist du? – Die Rolle der Stresshormone in der Genetik Sandra Cammann	253 Workshop Innovative Inhalte in der Sturzprophylaxe Gesine Ratajczyk	303 Vortrag FLOW BODY MOVEMENTS – Functional Björn Nussmüller	313 Workshop Cross X mit allem, was die Halle hergibt Daniela Ripperger	353 Workshop 4D PRO Bungee Cardio-Xplode Arzu Sagun	363 Workshop Drums Alive® »Drumtastic« – Multi-Generational Carrie Ekins	373 Workshop BALLKONTAKT. Das Coming Back für Gymnastikbälle Nici Mende	403 Seminar HLV Leichtathletik als »Gesund Athletik« Klaus Jakobs Wolfgang Timm	503 Vortrag BSV Die Schweinehundanteiler® Dr. Christoph Ramcke
16.15-17.45	104 Vortrag Welche Rolle spielt das neue Datenschutzrecht? Ralf Wickert	114 Seminar BGM: Von krankmachenden Konzepten und träumenden Turnvereinen Dr. med. Dirk Lünkemann	124 Seminar HSB Standardanforderungen für barrierefreie Sportstätten Katrin Gauler Maarten Malczak	154 Vortrag Neue Erkenntnisse zum EMS-Training in Theorie und Praxis Dr. Heinz Kleinöder	204 Seminar Ausdauerdiagnostik und -training Stefan Altmann	214 Workshop Rektusdiastase bei Müttern Verena Wiechers	254 Vortrag Schaden ist nicht gleich Schmerz und Schmerz ist nicht gleich Schaden Dr. Petra Mommert-Jauch	304 Workshop Cross X Kai Bollinger	314 Workshop HIIT & FREEZE – das neue Kurskonzept von und mit SLASHPiPE® Julian Wüstermann	354 Vortrag Atemmanagement – for Runners Björn Nussmüller	364 Workshop Koordinationstraining nach der Franklin Methode® Luisa Merkel	374 Workshop Fascial Stretch – Theorie und Praxis Wolfgang Klingebiel	404 Seminar HLV »Schule-Verein-Verband« – Talentsichtung und -förderung Klaus Jakobs , Marcus Jung Mark Schepanski	504 Vortrag BSV Persönlichkeitsbildung durch Boxen Christoph Teege
18.15-19.45	105 Seminar Media-Management im Breitensport. Wie präsentiere ich meinen Verein richtig? Dr. Nicolas Heidtke	115 Seminar Stadtentwicklung und Sport Staatsrat Christoph Holstein Boris Schmidt	125 Seminar HSB Motivierend vermitteln und unterrichten Olivia Dorn	155 Seminar Proteinaufnahme und sportliche Leistungsfähigkeit Prof. Dr. Patrick Rene Diel	205 Vortrag Embodiment – Der Weg vom Körper zur Psyche Dr. Petra Mommert-Jauch	215 Vortrag Chi-Aktivierung Yogi Vidyandana (Rainer Kersten)	255 Vortrag Über Magie und Mythos etablierter Behandlungsstrategien Dr. Dr. Homayun Gharavi	305 Workshop 4XF Functional Training im Verein Vitalij Mihailoff	315 Workshop Myofascial Power Gunda Slomka	355 Workshop Drums Alive® – »MAGIC MIX« Carrie Ekins	365 Workshop Aerobic Fun – Bewegungsfreude mit Kleingeräten Dirk Hübel	375 Workshop REBODY® PNF Training »Dreidimensionales Ganzkörpertraining« Panos Pantas	405 Seminar HLV Sichtungstests und Praxisbeispiele Klaus Jakobs , Marcus Jung Mark Schepanski	505 Seminar BSV Erfahrungsbericht aus der Praxis – erfolgreiches Gesundheitsmanagement Claudia Kwiesdorf

Sonntag
4. November 2018

Übersicht Teil 1

	100 Sportivity und Vereinsmanagement	110 Sportivity und Vereinsmanagement	120 Sportivity und Vereinsmanagement	150 Akademie Specials	200 Wissen macht reich	250 Sportmedizin	300 Hard Work – Functional Training	350 Fitness, Workout & more	450 Fitness Specials					
9.00-10.30	106 Vortrag Social Media und was nun? Vivian Pein	116 Seminar So erfahren Sie, was Ihre (zukünftigen) Mitglieder wirklich wollen Stephan Mellinghoff	126 Seminar Fusion oder Kooperation. Wie kann es funktionieren? Dr. Nicolas Heidtke	156 Vortrag Neuere Erkenntnisse der Muskelphysiologie und deren Bedeutung für das Krafttraining Prof. Dr. Jürgen Freiwald	206 Seminar Erfolgreich erfolgreicher und glücklich werden Dr. Jens Kegel	216 Vortrag Hypoxietraining – nicht nur im Leistungssport sinnvoll Dr. Christine Hutterer	256 Vortrag u. Diskussion Wenn Asanas schmerzen – wie gefährlich ist Yoga? Wolfgang Klingebiel	306 Workshop Athletic Fitness Jutta Schuhn	316 Workshop Functional Training: »The Beast« Carsten Peckmann	356 Workshop Natural Movements Hans Figueroa	366 Workshop Dehnen und Beweglichkeit – Empfehlungen, Tricks und Good to know Karin Albrecht	376 Workshop Faszientraining an Studiogeräten – wie geht das? Anja Blondzik , Jan Winter	386 Workshop Generations in Gym Ulrike Peckmann	456 Seminar Huco-Profil für (Leistungs-)Sportler und Trainer Marc Rohde
11.00-12.30	107 Vortrag Wie gehen Vereine mit der digitalen Transformation um? ehem. Prof. Dr. Hans-Jürgen Schulke	117 Seminar Zukunftsfähige Vereins- und Verbandsstrukturen Ulrich Lopatta Gerlinde Reeker	127 Forum HSB Sport in Hamburg – Podiumsdiskussion zur aktuellen Sportpolitik Ralph Lehnert	157 Vortrag Macht Bewegung wirklich schlau? Prof. Dr. Petra Jansen	207 Workshop Chancen und Risiken für Virtual Reality (VR) und Augmented Reality (AR) im Sport Torsten Fell	217 Seminar Entzündungshemmende Ernährung Katrin Kleinesper	257 Seminar Der motogeragogische Ansatz in der Arbeit mit an Demenz erkrankten Senioren Manuela Rösner	307 Workshop Mobility Maik Müller	317 Workshop Outdoor Bodyweight Bootcamp Philipp Perthen	357 Workshop Die Stretchingstunde Gerald Lechner	367 Workshop Koordinatives, sensomotorisches Training – Balance, Spaß und Körpergefühl Dirk Hübel	377 Workshop Minitraining: Complete Body Workout Petra Todt	387 Workshop Elastischer Beckenboden durch Faszienaktivierung nach der Franklin-Methode®DNI Christiane Greiner-Maneke	457 Workshop Gladiator Fitness Murat Demir
13.45-15.15	108 HAG Forum Wie wird in Hamburg Bewegungsförderung umgesetzt? Dr. Birgitt Höldke (Moderation) Simone Schmitt u. a.	118 Seminar Change Management konkret Stephan Mellinghoff	128 Seminar HSB Fit für die Vielfalt – Interkulturelle Kompetenz im Sport Isabell Falbhauer Annika Waldeck	158 Vortrag Neuigkeiten zum Training durch Foam Rolling Prof. Dr. Jürgen Freiwald	208 Vortrag Virtuelles Lernen im Sport – VR & AR als »Next Big Thing« im Sport? Torsten Fell	218 Seminar Sport im Ganztage Miriam Kuhl	258 Vortrag Vererbtes Übergewicht oder wie Epigenetik uns dick macht Dr. Christine Hutterer	308 Workshop HIT Training Options Jutta Schuhn	318 Workshop Obx4, Sabine Boesinger , Daniel Hönow , Silke Warm	358 Workshop Athletiktraining – trainiere wie ein Profi Philipp Perthen	368 Workshop Think Less, Sweat More! Chris Harvey	378 Vortrag Das AlltagsTrainingsprogramm (ATP) Anne Becker	388 Workshop BBP Step (Choreo-frei) Andreas Goller	458 Seminar Equal Sport »Every body is trainable, jeder Körper ist trainierbar« Herbert Pichler , Marc Rohde
15.45-17.15	109 Vortrag Nachhaltiges Lernen im Fußball! »Blended Learning« in der DFB B-Trainer Ausbildung Nadine Queisler	119 Seminar Ihr Verein in der Pole Position mit Design Thinking Klaus Euteneuer-Treptow	129 Seminar HSB Vereinsinterne Kommunikation – wirkungsvoll Feedback geben Olivia Dorn	159 Vortrag Rückenlogik: den Beschwerden auf der Spur Dr. Harald Schmid	209 Vortrag Stille und Entschleunigung – Ein Vortrag zum Thema Entspannung Ruth Arens	219 Seminar Mehr Leichtigkeit und Balance mit Ayurveda Petra Mayer	259 Vortrag Karate und Tanz bei Parkinson Patienten Prof. Dr. Petra Jansen	269 Seminar Turnen – Schutz oder Risiko? Eine Betrachtung der Female Athlete Triad Birgit Kruse	319 Workshop Flowbatics Maik Müller	359 Workshop Assoziatives Denken und Merkfähigkeit in Bewegung Petra Todt	369 Workshop Simply BBP Andreas Goller	379 Workshop Squatvariationen XXL Hendrik Schulz	389 Workshop Exotische Muskeln Gerald Lechner	459 Workshop European Fitness Badge (EFB) Einführung Carsten Peckmann