

# Lehrgangsprogramm



Fortbildung für Übungsleiter Ü/C, P-Lizenz

## Sportmedizinisches Seminar

vom 01.12. - 03.12.2021

### Mittwoch, 1. Dezember 2021

		Referent	Ort
10.15 Uhr	Begrüßung	Maginot	H 1
10.30 - 12.00 Uhr	Sportmotorische Tests in Theorie und Praxis	Maginot	H 1
13.45 - 15.15 Uhr	Sportmotorische Tests in Theorie und Praxis	Maginot	H 1
15.45 - 17.15 Uhr	Unterschiedliche Trainingskonzepte praktisch umgesetzt	Maginot	H 1

### Donnerstag, 2. Dezember 2021

08.45 - 10.15 Uhr	Sensomotorisches Training und Körperwahrnehmung	Armbruster	H 1
10.30 - 12.00 Uhr	Functional Training mit und ohne Gerät	Armbruster	H 1
13.30 - 15.00 Uhr	Sportmedizinische Diagnostik - eine Übersicht	Dr. Bientzle	LS 1
15.15 - 16.45 Uhr	Sportmedizinische Diagnostik - Interpretation und Eignung für den Gesundheitssport	Dr. Bientzle	LS 1
17.00 - 17.45 Uhr	Sport treiben - immer in Schwung bleiben	Teilnehmer	H 1
19.00 - 20.30 Uhr	Wozu Sportzahnmedizin? Multidisziplinärer Paradigmenwandel mit Biss	Dr. Beschnidt	LS 1

### Freitag, 3. Dezember 2021

08.45 - 10.15 Uhr	Einführung in das Langhanteltraining im Gesundheitssport	Armbruster	Kraftr./ H 1
10.30 - 12.00 Uhr	Regeneration durch Dehnung und Faszientraining	Armbruster	H 1
12.00 Uhr	Abschlussbesprechung	Armbruster	H 1

**Essenszeiten: Täglich gleichbleibend**

**Bitte die unten angegebene Zeit unbedingt beachten.**

**Ort: Speisesaal 1**

Frühstück 07.10 - 07.55 Uhr

Mittagessen 12.10 - 12.55 Uhr

Abendessen 17.25 - 18.10 Uhr

**Bibliothek:**

Mittwoch, 12.40 - 13.05 Uhr

**Am Freitag die Zimmer n. d. Frühstück räumen - Umkleiden Halle 2**

Der zugewiesene Lehrsaal 1 kann am Abend als Aufenthaltsraum genutzt werden.

Telefonnummer Nachtdienst im Notfall: 07223/5119-99 oder -99 über das Zimmertelefon