

Freitag, 13.09.2024
Pre-Conference: Fascinating Fascia? Faszien zwischen Hype und Evidenz

13.30 - 14.30 Uhr	<p><u>Sponsored Workshop:</u> Manuelle Myofasziale Therapie nach der Delos-Methode</p> <p><i>Eric Owens</i></p>	Industrie-Ausstellung
15.00 Uhr	Registrierung & Check-In	Industrie-Ausstellung
15.45 Uhr	Eröffnung	Spielhalle
16.00 - 16.45 Uhr	<p>Von Rückenschmerz bis Faszienskater: Ist das Bindegewebe der heilige Gral der Nozizeption?</p> <p><i>Dr. Robert Schleip</i></p>	Spielhalle
16.45 - 17.30 Uhr	<p>Das Aschenputtel der Anatomie: Ist Biomechanik ohne Faszien ein Märchen?</p> <p><i>Prof. Dr. Dr. Jan Wilke</i></p>	
17.30 - 18.00 Uhr	Pause	Industrie-Ausstellung
18.00 - 18.30 Uhr	<p>Frauen ≠ kleine Männer: Weibliche Hormone und ihre Wirkung auf Training & Leistung</p> <p><i>Katja Bartsch</i></p>	Spielhalle
18.30 - 19.30 Uhr	<p>Foam Rolling: Fakten und Mythen zum Fitnessrend</p> <p><i>Dr. Frieder Krause</i></p>	
19.00 - 19.30 Uhr	<p>Podiumsdiskussion: Faszien zwischen Hype und Evidenz (<i>Prof. Dr. Schleip, Prof. Dr. Dr. Jan Wilke, Katja Bartsch, Dr. Frieder Krause</i>)</p>	Spielhalle
19.30 Uhr	Get Together	

Samstag, 14.09.2024
Convention: Lectures and Workshops

Uhrzeit	Lecture (Spielhalle)	Hands-on 1 (Gymnastikhalle)	Hands-on 2 (Turnhalle)
8.00 Uhr	Registrierung & Check In		
8.30 Uhr	Begrüßung		
8.45 – 10.00 Uhr	112 Jahre Sportmedizin: Das müssen Fitness-Coaches und Therapeuten nun wissen <i>Prof. Dr. Klaus Fritsch</i>	Finding Messi: Talentidentifikation im Sport <i>Dr. Maximilian Siener</i>	Regenerations-Monitoring im Spitzensport: Es geht auch mit einfachen Tools <i>Jakob Burger</i>
10.15 – 11.30 Uhr	Stretching: Fakten und Mythen <i>Dr. Konstantin Warneke</i>	Instrumentengestützte Faszientherapie bei Adhäsionen, Narben und kollagenen Versteifungen <i>Prof. Dr. Robert Schleip</i>	Low-load, high volume & Blood Flow Restriction: Trends im Krafttraining <i>Lukas Baldauf</i>
11.45 – 13.00 Uhr	Concurrent Training: Wie Kraft und Ausdauer sinnvoll kombiniert werden <i>Dr. Manuel Matzka</i>	Brain and Movement: Fordere deine Synapsen heraus! <i>Laurits Kretschmer</i>	Triathlon Training: was wir von Olympioniken lernen können und was wir besser anders machen <i>Dr. Torben Hoffmeister</i>
13.00 – 14.00 Uhr	Mittagspause		
14.00 – 15.15 Uhr	Warum die Neurokognition für Fitnesscoaches und Therapeuten essenziell ist <i>Prof. Dr. Dr. Jan Wilke</i>	Mental Toughness: Die besten Tricks der Sportpsychologie <i>Stefanie Hochenwarter</i>	Brain Fitness: Kognitiv-Koordinative Warm- up Spiele <i>Simon Schmolz</i>
15.30 – 16.45 Uhr	Höhentraining: Nur etwas für Leistungssportler <i>Dr. Nadine Wachsmuth</i>	Core-Training: Von der Funktion zur richtigen Übung für deinen Sportler <i>Dr. Manuel Matzka</i>	Mobility Work: Was funktioniert am besten ? <i>Katja Bartsch</i>
16.45 – 17.15 Uhr	Pause (Industrie-Ausstellung)		
17.15 – 17.45 Uhr	Science Slam: Kurioses aus der Wissenschaft (Spielhalle)		
18.00 – 19.15 Uhr	Apps im Outdoor-Sport: Nutzen und Fallstricke aus sportökologischer Sicht <i>Prof. Dr. Manuel Steinbauer</i>	Dynamic Warm-Up in Team Sports [eng] <i>Marc Olmos</i>	Explosivität: vom Krafraum auf das Feld <i>Simon Loewe</i>
19.15	Verabschiedung		