

17.-19. Oktober 2025 – Kaiserau

FREITAG, 17. OKTOBER 2025	
UHRZEIT	INHALT
bis 13:45	Anreise, Registrierung
14:00	Begrüßung <i>(DLV-Akademie)</i>
14:10	Die Gefahr der frühen Spezialisierung – langfristige Risiken und altersgemäße Entwicklung <i>(Stefan Arenz)</i>
15:15	Kaffeepause
15:45	From testing to training: Isometric strength and exercise approaches for the developing athlete <i>(Léo Doucet)</i>
17:30	FUNDamentals – altersgerechtes Athletik- und Präventionstraining <i>(Gabriel Plate)</i>
19:30	Abendessen

Freitag: Nachwuchsleistungssport & körperliche Entwicklung

SAMSTAG, 18. OKTOBER 2025		
UHRZEIT	INHALT	
08:30	Erkenntnisse von Kraftspitzen einzelner Disziplinen und Ableitungen für das Training <i>(Prof. Dr. Steffen Willwacher)</i>	
10:00	Typische Verletzungen in den Sprungdisziplinen <i>(Ben Wijkel)</i>	
11:10	Einführung in moderne Athletiktrainingsprinzipien und Verletzungsprävention <i>(Natalie Kirchherr & Michael Felix Schlicht)</i>	
12:15	Mittagessen	
13:15	<u>Praxis Gruppe 1</u> <u>Ballspielhalle</u> Athletiktraining <i>(Natalie Kirchherr & Michael Felix Schlicht)</i>	<u>Praxis Gruppe 2</u> <u>Leichtathletikhalle</u> Self-Organisation <i>(Ben Wijkel)</i>
	<u>Praxis Gruppe 1</u> <u>Leichtathletikhalle</u> Self-Organisation <i>(Ben Wijkel)</i>	<u>Praxis Gruppe 2</u> <u>Ballspielhalle</u> Athletiktraining <i>(Natalie Kirchherr & Michael Felix Schlicht)</i>
14:45	Return to Sport – Was muss alles beachtet werden? <i>(Norbert Müller)</i>	
16:00	Kaffeepause	
16:45	Return to Sport – Was muss alles beachtet werden? <i>(Norbert Müller)</i>	
18:00	Expertentalk: Was ist notwendig, um ein modernes Athletiktraining anbieten zu können? <i>(Moderation NN)</i>	
19:00	Abendessen	

Samstag: Kraftspitzen und Athletik

SONNTAG, 19. OKTOBER 2025	
UHRZEIT	INHALT
08:30	Zirkadianer Rhythmus <i>(Prof. Dr. Angela Relógio)</i>
09:40	Zahngesundheit und Auswirkungen auf das Mikrobiom <i>(Dr. Alexandra Bartsch)</i>
10:45	Kaffeepause
11:15	Darmgesund im Sport <i>(Dr. Christina Steinbach)</i>
12:30	Mittagessen
13:15	Gesundheitsmanagement als Basis für Leistung <i>(Referent angefragt)</i>
14:00	Lehrgangsabschluss

Sonntag: Gesundheitsmanagement

Stand: 01.10.2025