

11./12. Oktober 2025 – Darmstadt

SAMSTAG, 11. OKTOBER 2025	
UHRZEIT	INHALT
bis 09:15	Anreise, Registrierung
09:30	Begrüßung <i>(DLV-Akademie, Werner Klein)</i>
09:35	Hitzebelastung im Ausdauersport – medizinische Implikationen für Training und Wettkampf <i>(Dr. Paul Schmidt-Hellinger)</i>
10:45	Kaffeepause
11:00	Trainings- und Wettkampfernährung bei Hitze <i>(Dr. Christina Steinbach)</i>
12:45	Mittagessen
13:30	Effects of heat training on endurance performance in well-trained endurance athletes <i>(PhD Bent R. Rønnestad)</i>
15:30	Kaffeepause (ggf. Check-In im Hotel)
16:15	Vorbereitungen auf Training und Wettkämpfe in der Mittelstrecke unter besonderen äußerlichen Bedingungen <i>(Referentin angefragt)</i>
18:00	Möglichkeiten der Individualisierung im Ausdauertraining <i>(Jonas Fischer)</i>

SONNTAG, 12. OKTOBER 2025	
UHRZEIT	INHALT
08:30	Durability 1 (Physiologie) <i>(Dr. Oliver Quittmann)</i>
10:15	Kaffeepause
10:45	Durability 2 (Biomechanik) <i>(Prof. Dr. Steffen Willwacher)</i>
12:30	Mittagessen
13:30	Fokussierung auf Leistung trotz Hitzebedingungen <i>(Dr. Moritz Anderten)</i>
14:45	Lehrgangsabschluss

Stand: 24.09.2025