

WORKSHOPANGEBOT

Samstag, 2. März 2019

09.00-09.30 Uhr Kongresseröffnung für alle Teilnehmer in Sporthalle 1

09.30-10.00 Uhr Eröffnungsvortrag Axel Fries

10.15-11.45	200	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210
	Axel Fries Turnen in Gerätelandschaften	Tanja Ade Dance4Fun	Aneta Ostrowka Functional Floor/Step	Harald Schmid Spiele zur Entwicklungsförderung von Kindern I	Jan Voigt Minitrampolin I – Sprünge mit mehr als einer halben Drehung	Michael Diessner Kleine Spiele	Philipp Perthen CrossTraining	Sven Seeger EINFACH HipHop	Agnieszka Koscian Hatha/Yin Yoga	Andrea Szögedi Birgit Faber Vereinsarbeit modern gedacht und gemacht	Dr. Detlef Beise Grundfertigkeiten des Schwimmens
13.15-14.45	220	221	222	223	224	225	226	227	228	229	230
	Axel Fries Einführung in das Turnen am Reck - Methodik Hüftaufschwung/-umschwung und Vorstellung Turn10	Tanja Ade Bälle-Spaß	Aneta Ostrowka Step und Latin Dance	Harald Schmid Spiele zur Entwicklungsförderung von Kindern II	Jan Voigt Minitrampolin II – Methodik	Michael Diessner Koordinative Herausforderung	Philipp Perthen Fitness Functional Training Basics	Sven Seeger Showdance – HipHop	Agnieszka Koscian Pilates klassisch	Dr. Hardy Schweigel Offensive Kinderturnen	Dr. Detlef Beise Spiele im Tiefwasser
											231 Grazyna Wyczalkowska Power Aqua mit Geräten
15.15-16.45	240	241	242	243	244	245	246	247	248	249	250
	Axel Fries Rad und Handstand	Tanja Ade Rücken Fit von Fuß bis Kopf	Aneta Ostrowka Total Body Condition	Harald Schmid Kinder stark machen	Julia Schneider Spiele für viele - Ballspiele	Annegret Lütjens Sport im Alter	Michael Diessner Cross Training	Sven Seeger Fette Beats – abgefahrene Moves: HipHop	Ute Elfering Bewusst gesund ernähren – mehr bewegen!	Dr. Hardy Schweigel Neue Ideen für mehr Vielfaltigkeit im Turnen	Dr. Detlef Beise Schwimmen
											251 Grazyna Wyczalkowska Power Aqua

18.15-19.30 Uhr: Abendessen, anschl. Bowling/Sauna/Abendveranstaltung

WORKSHOPANGEBOT

Sonntag, 3. März 2019

	300	301	302	303	304	305	306	307	308	309
09.00-10.30	Axel Fries Turnen in Gerätelandschaften	Tanja Ade Bauch Beine Po nach Pilates mit dem Redondo-Ball®	Adriana Gust Fitness für Alle!	Julia Schneider Jetzt mal mit Gefühl – Spiele zur Wahrnehmung von und Umgang mit Emotionen	Annegret Lütjens Sport mit Herzkranken	Agnieszka Koscian Hatha/Yin Yoga	Jan Voigt Minitrampolin	Dr. Hardy Schweigel Durchführung des Kinderturnabzeichens im Verein	Ute Elfering Bewusst gesund ernähren – mehr bewegen	Grazyna Wyczalkowska Power Aqua mit Geräten
11.00-12.30	Axel Fries Rad und Handstand	Tanja Ade Dehnen, Mobilisieren, Entspannen mit dem Redondo-Ball®	Adriana Gust Fitness-Workout	Julia Schneider Dr. Hardy Schweigel Motivation im Training und Trainingsimpulse	Annegret Lütjens Fit im Alter	Agnieszka Koscian Pilates klassisch	Birgit Faber Power-Step	Andrea Szögedi Schule und Verein – zusammen stark	Amid Jabbour Social Media im Sportverein – Praxisbeispiele und praktisches Handeln	Grazyna Wyczalkowska Power Aqua