LOTTO
Rheinland-Pfalz

Partner des Sports

UNIVERSITÄT KOBLENZ · LANDAU

sportbund pfalz

32.
sportmedizinisches
sportwissenschaftliches
seminar

krafttraining bei kindern & jugendlichen

07.11.2020

Einladung
Programm

Premiere als Online-Seminar

Fortbildung für
Übungsleiter, Trainer,
Sportler und Sportlehrer

Einladung

32. Sportmedizinisches/ Sportwissenschaftliches Seminar
ÜL2020-156

Thema	**Krafttraining bei Kindern & Jugendlichen**
Ort	Neu Online-Seminar aus Kaiserslautern
Termin	**Samstag, 07. November 2020**
Zeit	09:00 – 13:00 Uhr
Lerneinheiten	5 LE
Gebühr	15 €
Anmeldung	Ausschließlich online mit SEPA-Lastschriftmandat unter www.sportbund-pfalz.de Abbuchungen von Vereinskonten sind nicht möglich.
Anmeldeschluss	Sonntag, 01. November 2020, bis 24:00 Uhr
Voraussetzung	PC oder mobiles Endgerät (z.B. Tablet, Smartphone etc.) mit Internet-Zugang, außerdem Lautsprecher und ggf. Kopfhörer
Login	Informationen zum Seminar-Login erhalten Sie 3 Tage vor Seminarbeginn per Mail.
Info	Andreas Eichhorn Bildungsreferent **T** 0631.34112-36 **F** 0631.34112-66 **E** uel@sportbund-pfalz.de **I** www.sportbund-pfalz.de

Fotos: Adobe Stock

Programm

Samstag, 07. November 2020

09:00 Uhr	**Begrüßung und Eröffnung** › Dr. Ulrich Becker *Vizepräsident Sportbund Pfalz* **Moderation** › Dr. Alexander Bleckmann *Vorsitzender Sportärztebund Rheinland-Pfalz*
09:15 Uhr	**Vortrag** »Mythen zum Krafttraining vs. aktueller Forschungsstand« › Prof. Dr. Dr. Jürgen Gießing *Universität Koblenz-Landau*
10:00 Uhr	**Fragen** an den Referenten
10:15 Uhr	**Pause**
10:30 Uhr	**Vortrag** »Empfehlungen für eine differenzierte Belastungsgestaltung beim Krafttraining mit Kindern und Jugendlichen« › Prof. Dr. Björn Eichmann *SRH Hochschule für Gesundheit Karlsruhe*
11:15 Uhr	**Fragen** an den Referenten
11:30 Uhr	**Pause**
11:45 Uhr	**Vortrag** »Krafttraining und Ernährung – sind Nahrungsergänzungsmittel hilfreich oder doch unnötig?« › Prof. Dr. Dr. Jürgen Gießing *Universität Koblenz-Landau*
12:30 Uhr	**Fragen** an den Referenten
12:45 Uhr	**Seminarabschluss**
13:00 Uhr	**Seminarende**

UNIVERSITÄT KOBLENZ · LANDAU

sportbund pfalz