



Rheinland-Pfalz

Partner des Sports



R
P TU Rheinland-Pfälzische
Technische Universität
Kaiserslautern
Landau



75 Jahre Sportbund Pfalz | Praxis trifft Wissenschaft!

sportkongress

07.09.2024

Unisport RPTU Kaiserslautern-Landau,
Campus Kaiserslautern



Veranstalter:
Sportbund Pfalz in Kooperation mit
der Rheinland-Pfälzischen Technischen Universität
Kaiserslautern-Landau
Fachgebiet Sportwissenschaft und Unisport

Sportkongress 2024

A Unisporthalle Teil 3 Gebäude 28 Paul-Ehrlich-Straße 28	B Unisporthalle Teil 1 Gebäude 28 Paul-Ehrlich-Straße 28	C Unifit Kursraum 1 Gebäude 27 Paul-Ehrlich-Straße 27	D Unisportgelände Treff: Toreingang Gebäude 28 Paul-Ehrlich-Straße 28	E Campus/Wald Treff: Eing. Sportbund Gebäude 33 Paul-Ehrlich-Straße 28 a	F Sportbund Pfalz Seminarraum Gebäude 33 Paul-Ehrlich-Straße 28 a
--	--	---	---	--	---

Samstag, 07. September 2024

ab 08:00 Uhr Anreise der Kongressteilnehmer und Ausgabe der Kongressunterlagen in der Geschäftsstelle des Sportbundes Pfalz Gebäude 33						
09:00 Uhr Begrüßung und Eröffnung in der Unisporthalle Gebäude 28						
1 09:30 – 11:00 Uhr Workshops/Foren	Bewegung & Gehirn – koordinatives Training im Breitensport > Moritz Drumm Gymnasiallehrer Sport & Biologie Niederkirchen-Morbach	Sprungtestung zur Verletzungsprävention > Steven Simon Sportwissenschaftler RPTU Kaiserslautern-Landau Campus Kaiserslautern	Athletiktraining – in das reguläre Training einbauen > Max Herzog Fitnesstrainer Unifit Kaiserslautern	Beachvolleyball für jedermann – Tipps & Tricks für Spaß & Erfolg > Tobias Romann B.Sc. Sportwissenschaft und Gesundheit Kaiserslautern	Vielfalt Wald – ein (Sport-)Raum für alle Fälle! > Simone Kiefer Försterin Haus der Nachhaltigkeit Johanniskreuz	Mentale Fitness – Leistung beginnt im Kopf > Dr. Peter Kovar Sportwissenschaftler RPTU Kaiserslautern-Landau Campus Kaiserslautern
11:00 – 11:30 Uhr Pause						
2 11:30 – 13:00 Uhr Workshops/Foren	Voll stabil – »Core Power« als Leistungsvoraussetzung > Jana Frank B.Sc. Sportwissenschaft und Gesundheit, Queidersbach > Lucas Bambach B.Ed. Sportwissenschaft Landstuhl	Entspannung in Bewegung – Ausgleich für Kopf & Körper > Lina Sprenger Sportwissenschaftlerin RPTU Kaiserslautern-Landau Campus Kaiserslautern	High Intensity Intervalltraining > Robin Befort Sportlehrer Unifit Kaiserslautern	Roundnet – schnell, einfach, überall: das Spiel rund ums Netz > Joëlle Krieg > Simon Lüdicke Roundnet-Trainer Unisport Kaiserslautern	Calisthenics – Kraftsport mit dem eigenen Körpergewicht > Pelle Thielmann Calisthenics-Trainer Unisport Kaiserslautern	Rücken & Psyche > Prof. Dr. Tobias Erhardt Therapiewissenschaftler SRH Hochschule für Gesundheit Karlsruhe > Prof. Dr. Björn Eichmann Sportwissenschaftler SRH Hochschule für Gesundheit Karlsruhe
13:00 – 14:30 Uhr Mittagessen im Unique an der Uni Kaiserslautern Gebäude 27						
14:30 – 15:15 Uhr »Talk & Show« mit Gästen und Showacts aus der Welt des Sports in der Unisporthalle Gebäude 28						
3 15:30 – 17:00 Uhr Workshops/Foren	Verletzungsprophylaxe durch gezielte Kräftigung > Jana Frank B.Sc. Sportwissenschaft und Gesundheit, Queidersbach > Lucas Bambach B.Ed. Sportwissenschaft Landstuhl	Haltungs- und Muskelfunktionsanalyse > Dr. Oliver Ludwig Sportwissenschaftler RPTU Kaiserslautern-Landau Campus Kaiserslautern	Entspannungstraining – schnell dem Alltagsstress entkommen mit Yoga > Wilhelm Pahl Fitnesstrainer Unifit Kaiserslautern	Ultimate Frisbee – Werfen, Taktik und the Spirit of the Game > Jonas Bernhart Frisbee-Trainer Unisport Kaiserslautern	Waldbaden im Gesundheitssport – Achtsamkeit in der Natur > Dr. Anna Thomas Sportwissenschaftlerin RPTU Kaiserslautern-Landau Campus Kaiserslautern	Stärke dein Wohlbefinden! > Prof. Dr. Tobias Erhardt Therapiewissenschaftler SRH Hochschule für Gesundheit Karlsruhe > Prof. Dr. Björn Eichmann Sportwissenschaftler SRH Hochschule für Gesundheit Karlsruhe
17:00 – 17:30 Uhr Pause						
4 17:30 – 19:00 Uhr Workshops/Foren	Turnen meets Parkour – turnerisches Bewegen für alle > Sebastian Dörr Schulleiter, Sportlehrer und Turntrainer Edesheim	KI im Sport – von der Datenanalyse zur Leistungssteigerung > Jonas Dully Sportwissenschaftler RPTU Kaiserslautern-Landau Campus Kaiserslautern	Rücken stärken – mit kleinem Aufwand, aber großer Wirkung > Paul Messer Physiotherapeut M.Sc. Unifit Kaiserslautern	Outdoor-Fitness-training – Campusletics > Diana Neben M.Sc. Public Health CampusPlus Campus Kaiserslautern	Sportliche Campus-innovationen > Dr. Max Sprenger Leiter des Zentrums für Sport, Gesundheit und Wohlbefinden RPTU Kaiserslautern-Landau	Individualisierung & Mitbestimmung der Sportler im Training > Prof. Dr. Arne Güllich Sportwissenschaftler RPTU Kaiserslautern-Landau Campus Kaiserslautern
ab 19:00 Uhr »Chill & Grill« Kongressausklang auf dem Grillplatz des Unisportgeländes						



> **Zielgruppe**
Übungsleiter, Trainer, Sportlehrer, Sportstudenten, Sportler, Sportärzte, Physiotherapeuten, Interessenten.

> **Kosten**
Die Kongressgebühr beträgt **30,00 €** inklusive Mittagessen.

> **Lizenzverlängerung**
Die Teilnahme am Kongress wird mit 8 Lerneinheiten zur Verlängerung der DOSB Übungsleiter C-Lizenz Breitensport, der DOSB Übungsleiter B-Lizenz Sport in der Prävention und der DOSB Jugendleiter-Lizenz anerkannt (je Workshop 2 LE). Die Anerkennung zur Verlängerung einer Trainer C-Lizenz muss mit dem zuständigen Fachverband abgestimmt werden.

> **Anerkennung für Sportlehrkräfte**
Der Kongress ist vom Pädagogischen Landesinstitut Rheinland-Pfalz gemäß Verwaltungsvorschrift des Ministeriums für Bildung vom 14.07.2020 als dienstlichen Interessen dienend anerkannt (PL-Az.:24ST001211).

> **Anmeldung**
Ausschließlich online mit SEPA-Lastschriftmandat unter www.sportbund-pfalz.de.
Abbuchungen von Vereinskonten sind nicht möglich!
Der Anmeldung folgt eine Anmeldebestätigung. Etwa zwei Wochen vor dem Kongress erhalten Sie eine Einladung mit weiteren Informationen. Die Kongressunterlagen erhalten Sie vor Ort im Kongressbüro, Geschäftsstelle Sportbund Pfalz, Gebäude 33, Paul-Ehrlich-Straße 28 a (Öffnungszeiten: 08:00 – 19:30 Uhr).

> **Anmeldeschluss 30.06.2024**

> **Abmeldung**
Bei Stornierung nach dem 25. August 2024 wird die komplette Teilnahmegebühr fällig.

> **Info**
Sportbund Pfalz
Paul-Ehrlich-Straße 28 a, 67663 Kaiserslautern
T 0631.34112-36, E uel@sportbund-pfalz.de
I www.sportbund-pfalz.de

