

"Update Trainerwissen 2017"
an der Trainerakademie Köln des DOSB
vom 27.-29.11.2017 in Köln

| Datum | Tag | Uhrzeit | LE | Inhalt | Dozent |
|------------|----------|-------------|----|---|---|
| 27.11.2017 | Montag | 13:45-14:00 | | Begrüßung / Organisation | Frank Wieneke |
| | | 14:00-15:30 | 2 | Trainer-Beobachtung / Trainingsqualität | Dennis Drieschner(TA) |
| | | 15:30-16:00 | | Kaffeepause | |
| | | 16:00-17:30 | 2 | Athletiktraining in der Sportart Ringen | Michael Carl Männer Bundestrainer Ringen |
| | | 18:30 | | Abendessen | |
| 28.11.2017 | Dienstag | ab 07:00 | | Frühstück | |
| | | 09:00-10:30 | 2 | Schnelligkeit und Schnellkraft - Aktuelle physiologische Hintergründe und praktische Trainingsempfehlungen | Christian Hochgürtel |
| | | 11:00-12:30 | 2 | | |
| | | 12:30 | | Mittagessen | |
| | | 14:00-15:30 | 2 | Immunscore: Erfassung von Symptomen und Zeichen infektbasierter/belastungsinduzierter immunologischer Stressreaktion | Christian Puta (Universität Jena) |
| | | 15:30-16:00 | | Kaffeepause | |
| | | 16:00-17:30 | 2 | Immunscore: Erfassung von Symptomen und Zeichen infektbasierter/belastungsinduzierter immunologischer Stressreaktion | |
| | | 18:30 | | Abendessen | |
| 29.11.2017 | Mittwoch | ab 07:00 | | Frühstück | |
| | | 08:00-11:00 | 2 | NeuroMScore: Neuromuskuläre Diagnostik und Empfehlungen zur Prävention von Verletzungen (Praxis mit Behandlungsliege; Trainingskleidung) | Christian Puta (Universität Jena) |
| | | 11:00-11:15 | | Abschlussbesprechung | Frank Wieneke |
| | | 11:15 | | Mittagessen danach Abreise | |