

# Programmübersicht

Freitag, 5.9.2014 17.00 - 17.30 Uhr Eröffnung 17.30 Uhr bis 18.30 Uhr 001 Referat: Jochen Wolf "Ich nehme die Wahl an, was nun?!"																		
Themenfelder	100 Vereinsmanagement/Sportentwicklung			200 Schulung von konditionellen Fähigkeiten - Schwerpunkt Ausdauer					300 Sport für Kinder/Jugendliche		400 Sportmix			500 Haltungs- und Bewegungssystem		600 Aqua	700 Entspannung	800 Outdoor
Workshop-Nr.	101	102	103	201	202	203	204	205	301	302	401	402	403	501	502	601	701	801
19.30 - 21.00 Uhr	"Ich nehme die Wahl an, was nun?!"	Versicherbar? Die Haftung des Ehrenamtes	Listen-Daten-Auskunftsanspruch - Datenschutz im Ehrenamt	Rope Skipping	Bogensport zum Kennenlernen	Tanzen - Ausdauertraining und Spass für jede Altersgruppe	"Jump in" - Kinder lernen springen - Kinder-Leichtathletik	Grundlagen der Leistungsdiagnostik	Erlebnisparcours Sporthalle	"Mach mit, mach's nach, mach's besser!" Der pure Familienspaß.	Zumba® Step	Zumba Gold®	Spiel im Tischtennis	Neue Rückentrends - Rückenschmerz. Auch ein Problem des Sehens, Fühlens und [Re]agierens?	Pilates 50 plus	Aqua-Power	Ich atme! - Atme ich? Die Bedeutung von Atmung und Stimme im Alltag	Verbesserung der konditionellen Fähigkeiten durch Eigengewichtsübungen nach HIIT
Referenten	Jochen Wolf	Matthias Grünert/Robbi Braun	Anke Schiller-Mönch	Marlis Dunkel	Steffi Prause	Annette und Jörg-Peter Sommer	Romy Gürbig	Dr. Hans-Joachim Minow	Thomas Barth	Thomas Erny	Katja Graumann	Edda Gräfe	Mathias Völzke	Dr. Christian Puta	Daniela Bleyl	Ronny Just	Stephan Blumbach	Adrian Friedrich
Samstag, 6.9.2014 09.00 - 10.00 Uhr 002 Referat: Kai Röckert "Ziele sind erreichbar"																		
Workshop-Nr.	104	105	106	206	207	208	209	210	303	304	404	405	406	503	504	602	702 Wdh.	802
10.30 - 12.00 Uhr	Lust auf Sport und Gemeinschaft - Mitgliederentwicklung im SV	Aktuelles Steuerrecht für Sportvereine	Erfolgreiche Öffentlichkeitsarbeit im Sportverein-Grundlageninfos und Praxistipps	Badminton - spezifisches Konditionstraining durch Ballmaschinen	Anforderungen an die konditionellen Fähigkeiten im modernen Basketball	Funktionelles Kraftausdauertraining - Leistungssport	Schulung der Schnelligkeit von Kindern und Jugendlichen in der Leichtathletik	Herzfrequenz-orientiertes Training - Theorie	Funktionelles Zirkeltraining für Jugendliche	BoCo - "Medizin Bewegung!...oder brauchen unsere Kinder wirklich Rückenschulen?"	Zumba®	Aroha®	Automobilisationsmethoden mit dem Ball	Dehnen-Was dehnen wir eigentlich?		Aqua-Zumba®	Ich atme! - Atme ich? Die Bedeutung von Atmung und Stimme im Alltag	BIF - Bewegung im Freien
Referenten	Veronika Rücker	Annette Sachse	Dirk Schröter	Karsten Besser	Thomas Fritsche	Michael Urbansky	Annelie Jürgens	Uta Kretzer	Jörn Rühl	Thomas Erny	Edda Gräfe	Gudrun Hoch	Adrian Friedrich	Dr. Christian Puta/Jürgen Puta	Daniela Bleyl	Anne-Kathrin Hundertmarck	Stephan Blumbach	Christina Petzold
Workshop-Nr.	107	108 Wdh.	109	211	212	213	214	215	305	306	407	408	409	505	506	603	703	803
13.30 - 15.00 Uhr	Auswertung Sportentwicklungsbericht	Aktuelles Steuerrecht für Sportvereine	Sponsoringtrends - Praktische Tipps für erfolgreiches Sponsoring	Gesundheitswandern "Let's Go-jeder Schritt hält fit" -Theorie	Basketballtraining im Nachwuchsbereich unter dem Aspekt Ausdauer	Hochintensives Ausdauertraining (HIT)	Trainingsmethoden zur Schulung der Ausdauer in der LA	Herzfrequenz-orientiertes Training - Praxis	Zumba® Kids	naturalMOVE® - coole Geräteland-schaften für kreatives Kindertraining	4xF Cross-training	Life-Kinetik®	Inklusion im Sport	Funktionelle Verkettungsreaktionen bei Kindern im späten Schulkindalter	Pilates & Funktionelles Training	Aquafitness -Bauch-Beine-Po	Yoga und die Weisheit der Wechseljahre	Gleichgewichtstraining mit Slacklines
Referenten	Veronika Rücker	Annette Sachse	Dirk Schröter	Wolfgang Thiel	Thomas Fritsche	Michael Urbansky	Annelie Jürgens	Uta Kretzer	Katja Graumann	Thomas Erny	Jörn Rühl	Andreas Patz	Marion Peters	Dr. Robert Ziezio/Dr. Marco Herbsleb	Daniela Bleyl	Anne-Kathrin Hundertmarck	Kerstin-Isolde Panknin	Christian Müller
Workshop-Nr.	110 Wdh.	111	112	216	217		218	219	307	308	410 Wdh.	411 Wdh.	412	507	508	604	704	804
15.30 - 17.00 Uhr	Lust auf Sport und Gemeinschaft - Mitgliederentwicklung im SV	Gesetzlicher Unfallversicherungsschutz im Sport	Corporate Social Responsibility und Sponsoring	Gesundheitswandern "Let's Go-jeder Schritt hält fit" -Praxis	Spielnahes Wurftraining unter Einbeziehung der konditionellen Belastung im Basketball		Grundlagenausdauer/langfristige Leistungsdiagnostik im Mittel- und Langstreckenlauf	Allgemeines Krafttraining im Nachwuchsbereich	Ungesteuertes Spielen mit verschiedenen Bällen - was ist das?	Die Gerätebahn - Vielseitigkeit - Begeisterung - im Sportunterricht und Verein	4xF Cross-training	Spiel im Tischtennis	Sportlerlebensmittel - Nur bedingt ein Gewinn?!	Funktionelles Training mit dem Schwingstab	Faszien-training	Aquacircel	Yoga zur Stressbefriedigung und Wohlspannung	Gorodki für Kinder und Erwachsene
Referenten	Veronika Rücker	Jens Dümmler	Dirk Schröter	Haydé N. Klonz	Torsten Rothämel		Enrico Aßmus	Dr. Axel Schürer	Elke Michalek	Birgit Eicke	Jörn Rühl	Mathias Völzke	Luise Schumann	Dr. Marco Herbsleb/Dr. Christian Puta	Daniela Bleyl	Ronny Just	Kerstin-Isolde Panknin	Gerald Gehlich
Workshop-Nr.	113	114 Wdh.	115	220	221	222	223	224	309 Wdh.	310	413 Wdh.	414	415	509 Wdh.	510	605	705	805
17.30 - 19.00 Uhr	go for gold ... Vom Übungsleiter zum Sportabzeichenprüfer	Aktuelles Steuerrecht für Sportvereine	Kinder- und Jugendschutzdienste - Partner der Sportvereine in Fragen des Kinderschutzes	Schnelligkeitsausdauer/Handlungsschnelligkeit im Handball	Übungen zum Schnellangriff und Umschalten der spielspezifischen Ausdauer im Basketball	Sportart-spezifisches Ausdauertraining im Tischtennis	Trainingspraxis und langfristige Leistungsentwicklung mittels spezieller Formen in der LA	Funktionsweise von Trainingsmitteln im allgemeinen Ausdauerbereich - Transfereffekte für die Spezialdisziplin	Funktionelles Zirkeltraining für Jugendliche	Spiel- und Übungsformen mit dem Pezziball für Kinder und Jugendliche	Life-Kinetik®	Tanzen im Alter	Beckenbodengymnastik	Dehnen-Was dehnen wir eigentlich?	Functional Training	Fit& Fun for AquaKids	Meditation - Aus der Bewegung in die Stille	Konditionstraining mit Spaß im Team und GPS
Referenten	Heidrun Höpfner	Annette Sachse	Heiko Höttermann	Wolfgang Mosebach	Torsten Rothämel	Mathias Völzke	Enrico Aßmus	Dr. Axel Schürer	Jörn Rühl	Sandro Kubitzka	Andreas Patz	Gudrun Hoch	Nicole Machleit	Dr. Christian Puta/Jürgen Puta	Katja Graumann	Ronny Just	Kerstin-Isolde Panknin	Chris Maternowski
Sonntag, 7.9.2014 09.00 - 10.00 Uhr 003 Referat: Prof. Dr. med. Carl-Detlev Reimers "Bewegung ist besser als keine"																		
Workshop-Nr.	116 Wdh.	117	118	225 Wdh.	226	227 Wdh.	228 Wdh.	229	311 Wdh.	312	416	417	418 Wdh.	511 Wdh.	512	606 Wdh.	706	806
10.30 - 12.00 Uhr	"Ich nehme die Wahl an, was nun?"	Arbeitsrecht im Sportverein	Netz ohne doppelten Boden - Rechtliche Aspekte rund ums Internet	Rope Skipping	Kraftausdauertraining im Judo	Bogensport zum Kennenlernen	Tanzen - Ausdauertraining und Spass für jede Altersgruppe	Konzipierung, Anwendung und Aussagefähigkeit von Feldtests	Ungesteuertes Spielen mit verschiedenen Bällen - was ist das?	Vom ersten Schritt ins Gleichgewicht	Drums Alive® - Around the world	Nia®	Zumba Gold®	Funktionelles Training mit dem Schwingstab	Kinesiologisches Tapan	Aqua Zumba®	Shen Xin Dao® - Entspannung fördern, Ruhe finden	Interaktionsspiele im Freien
Referenten	Jochen Wolf	Fabian König	Anke Schiller-Mönch	Marlis Dunkel	Tino Berg	Steffi Prause	Annette und Jörg-Peter Sommer	Dr. Axel Schürer	Elke Michalek	Sven Bresemann	Ronny Just	Kerstin Kloppe	Edda Gräfe	Dr. Marco Herbsleb/Dr. Christian Puta	Jeffrey Bierwirth	Anne-Kathrin Hundertmarck	Martin Wolf	Christian Müller

## Thüringer Sportkongress 2014



### Drei Tage Bewegung, Lernen und Austausch!

Ausdauer und Kondition sind die Basis für sportlichen Erfolg und zugleich die Grundlage, um die nächsten sportlichen Herausforderungen und Ziele auch im Bereich Sportentwicklung von Vereinen anzugehen. Denn der traditionelle Sportverein war und ist der Sportanbieter Nummer eins in Thüringen. Doch der gesellschaftliche Wandel ist eine Herausforderung, um sich als Verein ständig weiter zu entwickeln und dabei beharrlich das Ziel zu verfolgen. Zeitgemäße und vor allem qualifizierte und hochwertige Angebote sind gefragt. Das Motto des 2. Thüringer Sportkongresses „Sport bewegt. Mit Ausdauer zum Erfolg.“ ist daher Programm und bildet die Klammer um die Themen des Kongresses.

Zwei Schwerpunkte bestimmen das Programm. Während die Übungsleiter und Praktiker des Vereinssports sich sportlich bewegen und praktische Anregungen mitnehmen können, finden Führungskräfte des Sports ihre Themen im Bereich Vereinsmanagement und Sportentwicklung. Über 100 Veranstaltungen – Vorträge, Workshops und Mitmachangebote – mit 60 namhaften Referenten präsentieren Wissen für erfolgreiches Handeln im organisierten Sport in kompakter Form. Erstmals sind Thüringer Sportfachverbände im Programm eingebunden. Vor allem zum Thema „Schulung von konditionellen Fähigkeiten mit dem Schwerpunkt Ausdauer“ ist deren Wissen gefragt. Zugleich ist so die Möglichkeit gegeben, fachspezifische Lizenzen von Trainern und Fachübungsleitern in den Sportfachverbänden zu verlängern.

Um Höchstleistungen zu erbringen, ist oftmals ein Austausch notwendig, um die Herausforderungen gemeinsam zu bewältigen. All das bietet Ihnen der Thüringer Sportkongress.

### Wir freuen uns auf Sie!

#### Programm-Inhalte

Eine ausführliche Beschreibung der Referate/Workshops sowie organisatorische Hinweise finden Sie unter [www.thueringensport.de](http://www.thueringensport.de) [Bildung] sowie in der Kongressbroschüre. Gerne senden wir Ihnen das ausführliche Programm (inklusive schriftlichem Anmeldeformular) zu. Einfach anfordern per Telefon unter 0361 34054-71/-74 oder per E-Mail: [kongress@lsb-thueringen.de](mailto:kongress@lsb-thueringen.de)

### Anmeldung

Nutzen Sie zur Anmeldung unser Online-Formular im Internet oder das schriftliche Formular in der Kongressbroschüre.

### Kongress-Gebühren

<b>3-Tageskarte</b> inkl. 2 Abendessen, 1 Mittagessen, 1 Freigetränk	110,00 Euro
<b>2-Tageskarte</b> inkl. 1 Abendessen, 1 Mittagessen, 1 Freigetränk	85,00 Euro
<b>Tageskarte</b> für Samstag inkl. 1 Mittagessen mit Freigetränk	65,00 Euro
<b>Tageskarte</b> für Freitag oder Sonntag inkl. 1 Freigetränk	45,00 Euro
<b>Abendveranstaltung am Samstag</b>	10,00 Euro

### Frühbucherrabatt

Bei einer Anmeldung bis zum 18. Juli 2014 (Eingangsstempel) erhalten Sie einen Rabatt von 15 Euro pro Person.

### Anerkennung zur Lizenzverlängerung

Der Landessportbund Thüringen erkennt bei kompletter Teilnahme 15 Lehreinheiten als Fortbildung für die Lizenzen Übungsleiter C Breitensport, Übungsleiter B „Sport in der Prävention“ und Vereinsmanager C und B an. Die Anerkennung zur Lizenzverlängerung von sportartspezifischen Lizenzen ist bitte bei den entsprechenden Sportfachverbänden zu erfragen.

### Übernachtung

Übernachtungen sind **nicht** in der Kongressgebühr enthalten, sind aber an der Landessportschule Bad Blankenburg möglich. Die Buchung muss dort selbstständig bis zum 31. Juli 2014 unter dem Stichwort: Thüringer Sportkongress 2014 vorgenommen werden (Telefon 036741 620 oder E-Mail: [rezeption@sportschule-badblankenburg.de](mailto:rezeption@sportschule-badblankenburg.de))

### Sport bewegt. Mit Ausdauer zum Erfolg.

- Vereinsmanagement/Sportentwicklung
- Schulung von konditionellen Fähigkeiten
- Spiel und Sport für Kinder und Jugendliche
- Aqua-Fitness und Entspannung
- Trends und Outdoor
- Gesundheitssport

**5. bis 7. September 2014**  
**Landessportschule Bad Blankenburg**