

Freitag, 16.05.2025				
Pre-Conference: Exercise as Medicine - Dein innerer Arzt in Aktion				
Uhrzeit	Lectures/Vorträge		Raum	
13.00 - 15.00 Uhr	Registrierung & Check-In		Eingangsbereich	
13.30 - 15.00 Uhr	Sponsored Workshops:			Industrie-Ausstellung und Seminarräume
	Manuelle Myofasziale Therapie nach der Delos-Methode			
	Eric Owens - Delos-Therapy			
	Tiefe Oszillation von Lymphologie bis Sport	Robotik-gestütztes Krafttraining: Maßgeschneiderte Belastungs- und Bewegungsprofile	<i>to be announced</i>	
	<i>Physiomed</i>	<i>Prof. Dr. Amos Albert - Sparkfield</i>		
15.15 Uhr	Eröffnung		Spielhalle	
15.30 - 16.15 Uhr	Train smart, stay safe? Warum Verletzungsprävention nicht immer funktioniert			Spielhalle
	<i>Prof. Dr. Dr. Jan Wilke</i>			
16.15 - 17.00 Uhr	Bewegung, dein bester Freund bei chronischen Schmerzen			
		<i>Dr. Reinhard Sittl</i>		
17.00 - 17.30 Uhr	Pause		Industrie-Ausstellung	
17.30 - 18.15 Uhr	Diabetes und Sport: (k)ein Widerspruch für Patienten und Athleten?			Spielhalle
	<i>Prof. Dr. Othmar Moser</i>			
18.15 - 19.00 Uhr	<i>to be announced</i>			
19.00 - 19.30 Uhr	Podiumsdiskusion		Spielhalle	
ab 19.30 Uhr	Get Together			

Samstag, 17.05.2025
Convention: Lectures and Workshops

Uhrzeit	Lecture/Vortrag (Spielhalle)	Hands-on 1 Praxis-Workshop (Gymnastikraum/Kraftraum)	Hands-on 2 Praxis-Workshop (Turnhalle)
8.00 Uhr	Registrierung & Check In (Eingangsbereich)		
8.30 Uhr	Begrüßung (Spielhalle)		
8.45 – 10.00 Uhr	Update Knie: Was tun wenn's weh tut?	Frei und beweglich: die besten Übungen für die Schulter-Mobilität	Kurz und knackig: Das 30-Minuten Workout mit dem eigenen Körpergewicht
	<i>Prof. Dr. med. Klaus Fritsch</i>	<i>Katja Bartsch</i>	<i>Dr. Nadine Wachsmuth</i>
10.15 – 11.30 Uhr	Stoffwechsel im Fokus: Optimierung der sportlichen Leistung durch Metabolic Profiling	Return to play nach Verletzung: Sicher zurück zum Sport?	Vom Scheitel bis zur Sohle: Das Geheimnis der perfekten Lauftechnik
	<i>Prof. Dr. Richard Latzel</i>	<i>Dr. med. Thomas Voit</i>	<i>Lukas Baldauf</i>
11.45 – 13.00 Uhr	Wearables & KI: Wie neue Technologien den Trainingsprozess transformieren – und wo sie versagen	Faszientraining: der Guide für effektive Workouts	Quick Feet - Turbo für die Reaktionsfähigkeit
	<i>Prof. Dr. Billy Sperlich</i>	<i>Dr. Frieder Krause</i>	<i>Prof. Dr. Richard Latzel</i>
13.00 – 14.00 Uhr	Mittagspause		
14.00 – 15.15 Uhr	Krafttraining: Gibt es funktionelle Hypertrophie?	Regeneration, Bewegungsanalyse, Taktik: Wie künstliche Intelligenz Trainern und Therapeuten hilft	Primal Movement: Wie die Natur Bewegung lehrt
	<i>Prof. Dr. Stephan Geisler</i>	<i>Dr. Roman Dorrek</i>	<i>Silvio Minakawa</i>
15.30 – 16.45 Uhr	Protein 3.0 - Klassiker und Rising Stars unter den Eiweißquellen	Face to face: Athletiktraining für Individualsportler	Brain Fitness: Schnelligkeit im Kopf innovativ trainieren
	<i>Prof. Dr. Janin Henkel- Oberländer</i>	<i>Tobias Hermannsdörfer</i>	<i>Simon Schmoll</i>
16.45 – 17.15 Uhr	Pause		
17.15 – 17.45 Uhr	Science Slam: Kurioses aus der Wissenschaft (Spielhalle)		
18.00 – 19.15 Uhr	To stretch or not to stretch? Ein Evidenz-Update zu Fakten und Mythen	Die perfekte Kniebeuge: Eine Königsübung unter der Lupe	Sportpsychologie: Dein Tool- Kit um Patienten und Sportler besser zu motivieren
	<i>Prof. Dr. Dr. Jan Wilke</i>	<i>Laurits Kretschmer</i>	<i>Stefanie Hochenwarter</i>
19.15	Verabschiedung (Spielhalle)		