






Donnerstag – 15.06.2017

LECTURE 1	
pm	Thema folgt
pm	Thema folgt









Hands-on = Praxiseinheit
Lecture = Theorieinheit

Freitag – 16.06.2017

	LECTURE 1	HANDS-ON 2	HANDS-ON 3	LECTURE 2
08:00 – 08:15	ERÖFFNUNG			
08:30 – 09:45	GREG ROSE Power Development for Rotary Athletes 	PATRICK HERZOG Thema folgt	TIM WACKER Das 1x1 der Calisthenics	KATHARINA BRINKMANN Fasziales Yoga [Hands-on]
10:00 – 11:15	EBERHARD SCHLÖMMER Functional Movement Systems: Screening und Corrective Exercises als Grundlage jedes Trainingsplans	STEVE COTTER In-depth study of Kettlebell Snatch 	Dr. TILL SUKOPP Sandbag – das beste Tool für funktionelles Kleingruppentraining	PATRICK MEINART Sports Vision – Training der Augen im Athletikbereich
11:30 – 12:45	Dr. KELLY STARRETT The Ready State 	EBERHARD SCHLÖMMER Session- und Programmdesign im Functional Training: Aktivierung	PATRICK MEINART Loaded Mobility – Einsatz und Verwendung von Mini- / Superbands in deiner Dynamic Joint Mobility Routine	LUKAS OFFINGER Funktionelles Bodyweight Training [Hands-on]
12:45 – 13:45 Pause		PATRICK HERZOG 1x1 des Foamrollings 13:15 – 13:45		TIM WACKER Calisthenics am Powercube [Hands-on]
13:45 – 15:00	Dr. KELLY STARRETT Mobility & Breathing [Hands-on] 	DAVID KRANZ Thema folgt	PATRICK HERZOG Activate Functional	FABIAN ALLMACHER Animal Athletics – vom Elefanten zum Leoparden [Hands-on]
15:15 – 16:30	D. KRÄMER und B. BUSCHMANN Faszien Krafttraining	KEVIN CARR Head to Toe Mobility Training 	EBERHARD SCHLÖMMER Thema folgt	MAXIMILIAN GOTZLER Engineering the Perfect Night – Mit Selbstexperimenten zu optimalem Schlaf
16:45 – 18:00	Dr. LUTZ GRAUMANN Instrument assistierte Soft Tissue Mobilisation	SILVESTER NEIDHARDT Thema folgt	Dr. TILL SUKOPP High Tension Kettlebell & Bodyweight Training	HANNES THIES Optimales Facility Design – gestalte dein eigenes Studio
18:15 – 19:00		C. LERCHE und S. NEIDHART Battle Workout		


Hands-on = Praxiseinheit
Lecture = Theorieinheit

Samstag – 17.06.2017

	LECTURE 1	HANDS-ON 2	HANDS-ON 3	LECTURE 2
08:00 – 08:30		PATRICK HERZOG WARM-UP Prepare & Activate		
08:30 – 09:45	MARK VERSTEGEN A Complete Guide to Rotational Training 	Dr. TILL SUKOPP Sandbag Training – Stabilität in allen Bewegungsrichtungen	Thema folgt	FRANK THÖMMES Basics im Functional Training – Balance und Koordinationstraining [Hands-on]
10:00 – 11:15	MARK VERSTEGEN A Complete Guide to Rotational Training [Hands-on] 	PATRICK HERZOG Train Functional	FABIAN ALLMACHER Animal Athletics – vom Elefanten zum Leoparden	Thema folgt
11:30 – 12:45	GREG ROSE Developing Future Athletes 	D. KRÄMER und B. BUSCHMANN Myofasziale Diagnostik	WOLFGANG UNSÖLD Die perfekte Kniebeuge – Progressionen	JUTTA SCHUHN Mini- / Superband Workout im Smallgroup und Personaltraining [Hands-on]
12:45 – 13:45 Pause		DENNIS KRÄMER Grundlagen im Flossing und Taping		
13:45 – 15:00	JILL MILLER BREATH CAMP – Breathing Dynamics [Hands-on] 	GREG ROSE Screening Movement and Power in Rotary Athletes 	STEVE MAXWELL Crawl like a Baby – Walk like a Man 	BAX TEAM Body Art Extreme [Hands-on]
15:15 – 16:30	JILL MILLER Roll Model® Self Massage Breakdown [Hands-on] 	WOLFGANG UNSÖLD Kreuzheben – Technik, Varianten & Methoden	D. KRÄMER und B. BUSCHMANN Faszien – mobil und gleitfähig	Dr. med. MARKUS KLINGENBERG SFMA – Selective Functional Movement Assessment Beispiel Hüfte [Hands-on]
16:45 – 18:00	WOLFGANG UNSÖLD Ask the Coach – Antworten auf die häufigsten Fragen über Training & Ernährung	STEVE COTTER Loaded Mobility 	Dr. LUTZ HERDENER Periodisierung und Belastungsgestaltung	PANOS PANTAS Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation – Anwendung der Methode im Training [Hands-on]
18:15 – 19:00		PATRICK HERZOG Evening Workout with PAT		

Hands-on = Praxiseinheit
Lecture = Theorieinheit

Sonntag – 18.06.2017

	LECTURE 1	HANDS-ON 2	HANDS-ON 3
08:30 – 09:45	KEVIN CARR Movement as Medicine – Prescribing the World's Strongest Medicine 	STEVE MAXWELL Mobility Conditioning 	SEBASTIAN STÄBLER Physioflossing
10:00 – 11:15	STEVE COTTER Fitness as a Part of Something Bigger: Finding Balance in Fitness, Health, Happiness, Wellness and Life 	KEVIN CARR Hip Hinge – From Mobility to the Barbell 	Dr. med. MARKUS KLINGENBERG Return To Sport – Wiedereinstieg nach Sportverletzungen mit einem klaren Konzept
11:30 – 12:45	Thema folgt	STEVE MAXWELL Kettlebell TGU & Swing 	PANOS PANTAS Propriozeptive Neuromuskuläre Fazilitation – Anwendung der Methode im Training
13:00 – 14:15		FINAL WORKOUT	

Hands-on = Praxiseinheit
Lecture = Theorieinheit