

Differenzierte Fortbildung der Trainer*innen von der 1. bis 4. Liga, und der NLZ



13. März 2023 BDFL- virtuelle Fortbildung

Mit erfolgreichen Strategien zu optimaler mentaler und physischer Leistungsfähigkeit für das Trainerteam und die Spieler*innen

Max Gotzler, Andi Beck, Prof. Dr. Elmar Wienecke

Höher, schneller, weiter. Die Anforderungen an die Trainer*innen und Spieler*innen steigen permanent. Dies zeigen die langjährigen umfassenden Untersuchungsergebnisse durch die Stiftung für Mikronährstoffe – Prävention, Gesundheit, Lebensqualität (Stressbelastungen, Energiestatus und Ernährungsverhalten) bei über 200 Trainern und 300 Profispielern.

Wir reflektieren diese Ergebnisse kritisch, bieten Lösungsansätze und diskutieren diese mit euch. Mit den langjährigen Erfahrungen von Max Gotzler (ehemaliger Leistungssportler, studierter Psychologe und Ökonom), dem bekanntesten „Biohacker Deutschlands“ (Selbstoptimierer), der in den letzten Jahren durch alle Medien in Deutschland Kultstatus erhalten hat. Als Blogger, Podcaster und Buchautor sind seine Ideen und Visionen wichtiger Bestandteil in den Führungsetagen deutscher Unternehmen geworden. Optimal ergänzt wird diese Fortbildung durch den ehemaligen Fußballprofi Andi Beck, 9facher A-Nationalspieler, Deutscher Meister, zweifacher Türkischer Meister und U21-Europameister, der in seiner 20-jährigen aktiven Zeit 480 Einsätze auf höchstem Niveau hatte und schon mit 23 Jahren Verantwortung als Mannschaftskapitän in Hoffenheim übernommen und alle Möglichkeiten der Trainings- Ernährungsoptimierung ausgenutzt hat. All diese Faktoren lassen diese Fortbildung zu einem einmaligen „Highlight“ werden.

Als Moderator fungiert Prof. Dr. Elmar Wienecke (Sportwissenschaftler, Fußball-Lehrer, Leiter des Masterstudiengangs und stellvertretender Vorsitzender der Verbandsgruppe Westfalen). Er hat mit seiner Stiftung weltweit Akzente im Bereich der Mikronährstofftherapie setzen können und dafür im November 2022 den Preis des schweizerischen Gesundheitsfernsehens QS24TV in der Kategorie „Back to the Roots“ erhalten. Diese Auszeichnung bekommen Menschen, die sich mit Visionen, Mut und Leidenschaft für das Wohl anderer Menschen einsetzen.

Gerade die Trainer*innen der Profiligen und in den NLZ erhalten nachhaltige Impulse und profitieren von dem Know-How dieser Fortbildung.

Zeitplan der Fortbildung auf Seite 2.

PREMIUM-PARTNER DES BDFL



PARTNER DES BDFL

Athletic Sport Sponsoring
— ICH BIN DEIN AUTO

TEAMSPORTBEDARF.DE

Differenzierte Fortbildung der Trainer*innen von der 1. bis 4. Liga, und der NLZ

| Zeit | Programmpunkt |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 14.00 Uhr | <p>Begrüßung Prof. Dr. Elmar Wienecke (stv. Vorsitzender Verbandsgruppe Westfalen) Vorstellung der Protagonisten Max Gotzler (ehemaliger Leistungssportler, studierter Psychologe, Ökonom, bekanntester Biohacker (Selbstoptimierer) Deutschlands, Podcaster, Blogger, Kultstatus mit seiner Flowgrade Show Andi Beck (9facher A-Nationalspieler, Deutscher Meister, zweifacher Türkischer Meister und U21-Europameister, der in seiner 20jährigen aktiven Zeit 480 Einsätze auf höchst Niveau hatte)</p> |
| 14.15 - 15.15 | Einführung in die Thematik: Prof. Dr. Elmar Wienecke Kritische Reflexion der ganzheitlichen Untersuchungsergebnisse durch seine Stiftung bei 200 Trainern und 300 Spielern |
| 15.15 – 15.25 | Virtuelle Pause |
| 15.25 – 16.25 | Vortrag Max Gotzler – Peak Performance – Flow-Zustand Visualisierung – Praktisches Beispiel seines eigenen Energiesystems |
| 16.25 – 16.35 | Virtuelle Pause |
| 16.35 – 17.10 | Interview mit Andi Beck Eigenreflexion seiner aktiven Zeit als Spieler |
| 17.10 – 17.45 | Diskussion mit den Trainern im Dialog mit Max Gotzler und Andi Beck durch Fragen aus dem Chat |