

Programmablauf

**Montag, 03. November 2014 von 14.00 Uhr – 18.30 Uhr
im SportCentrum Kamen-Kaiserau**

Themen: Konditionelle Vorbereitung am Spieltag

Faszien - die Wunder der Natur

**Faszientraining - Was kann der Trainer in der Praxis umsetzen
(Theorie und Praxis)**

**Verletzungen im Fußball – Möglichkeiten der Prävention
(Theorie und Praxis)**

13.00 - 14.00 Uhr Eintreffen der Trainerkollegen

14.00 -14.05 Uhr Begrüßung und Themenvorstellung

14.05 – 15.05 Uhr ***Krunoslav Banovic*** (M. A. Deutscher Fußball-Bund, Fitnesstrainer DFB-U21 Nationalmannschaft, Dozent DFB-Fußball-Lehrer-Ausbildung, Referent beim ITK 2014 in Mannheim)

Konditionelle Vorbereitung am Spieltag

15.10 – 15.40 Uhr **Faszien - die Wunder der Natur
Faszientraining - Was kann der Trainer in der Praxis umsetzen
(Theorie)**

15.40- 16.00 Uhr Kaffeepause

16.00 – 17.00 Uhr **Christian Klein** (M.S. Sportwissenschaft der Ruhr-Uni Bochum, Sportreferent der VBG und Referent der Trainerausbildung B-A-Lizenz)

Verletzungen im Fußball – Möglichkeiten der Prävention (Theorie)

17.00 Uhr Wechsel in die Sporthalle

17.15 – 17.45 ***Krunoslav Banovic***

Praxiseinheit: Faszientraining

17.45 – 18.30 **Christian Klein**

Praxiseinheit: Möglichkeiten der Prävention

18.30 Uhr Testatenausgabe