

Workshops Spolumni-Treffen 22.06.2024

Workshop	Was erwartet Dich?	LFB	Leitung	TN-Zahl
„Schon an die Sportbrille (für Ihr Kind) gedacht?“	Ihr erfahrt (in der Praxis), warum eine adäquate Korrektur der Fehlsichtigkeit im Sport notwendig ist, was eine Sportbrille „können“ muss und wie man testet, ob sie gut ist!	Sportmedizin	Dr. Gernot Jendrusch, Hendrik Möller	10-12
1080 Sprint	Entdeckt mit dem 1080 Sprint, ein tragbares Gerät für Widerstandstraining und Leistungsmessung bei Sprints, Skating, Schwimmen und Richtungswechseln.	Trainingswissen- schaft	Nicola Volk	15
Transfer Sportwis- senschaft in die Praxis	Einblicke in Projekte des Lehr- und Forschungsbereichs Sportarten und Bewegungsfelder. ActiveOncoKids – Sportförderung für Kinder und Jugendliche mit und nach einer Krebserkrankung Schwimmcontainer „narwali“ – Schwimmen lernen im Container Borussia Dortmund – Talentförderung im Nachwuchsleistungsfußball	Sportarten	Dr. Arno Krombholz, Dr. Janina Götz, Adam Frytz	40
Menstruationszyklus und Sport	Frauen waren bislang in der sportwissenschaftlichen Forschung unterrepräsentiert. Der Lehr- und Forschungsbereich Sportmedizin widmet sich nun intensiv diesem Thema. Der Workshop beleuchtet, wie hormonelle Schwankungen das Training beeinflussen und zeigt wissenschaftliche fundierte Strategien zur Leistungsoptimierung.	Sportmedizin	Jana Sippl	30
Bouldern	Beim Bouldern geht es nicht darum mit einem Seil gesichert in die Höhe zu klettern. Stattdessen wollen wir in sicherer Absprunghöhe schwierige Bewegungsprobleme an der Kletterwand austesten und nach individuellen Lösungen suchen. Wer hat, sollte Kletterschuhe mitbringen - ansonsten Turnschuhe, die eng ausfallen.	Sportarten	Michael Cronrath	10
Roundnet	Entdeckt Roundnet, eine aufstrebende und immer populärer werdende Sportart. Erlebt ein actionreiches Spiel, das Geschicklichkeit und Teamgeist fördert.	Sportarten	Max	20-30
3x3 Basketball	3x3 Basketball, die Sportart die seit 2020 olympisch ist. Ein 3 gegen 3 auf einen Korb garantiert schnelle, dynamische und faire Basketball-Spiele. Die Spielform 3x3 bringt Basketball aus der Halle auf öffentliche Plätze.	Sportarten	Dr. Hubert Remmert	10
Wiener Testsystem	Es erwartet dich ein Einblick in die computergestützte psychologische Diagnostik. Wie steht es um deine Reaktionsfähigkeit und deine reaktive Belastbarkeit? Unter anderem das kannst du anhand des Wiener Testsystems herausfinden.	Sportpsychologie	Lisa Kullik	20