

Online Anmeldungen über [www.leichtathletik.de](http://www.leichtathletik.de)  
 Anmeldeformulare können unter [breitensport@leichtathletik.de](mailto:breitensport@leichtathletik.de)  
 oder unter 06151-77 08 53 angefordert werden.

Alle weiteren Details zu den DLV-LAUF-TREFF-Workshops unter  
[www.leichtathletik.de](http://www.leichtathletik.de)

# DLV-LAUF-TREFF Workshop 2006

28./29. Oktober in Regensburg  
 25./26. November in Duisburg



Auf Grund der sehr guten Akzeptanz und hohen Nachfrage in 2005 wird der Workshop nicht nur fortgeführt, sondern ausgeweitet. Der DLV bietet gemeinsam mit seinem Partner NIKE ein umfangreiches Themen- und Informationsangebot, das von hochkarätigen Referenten vermittelt wird und für jeden Interessierten etwas Neues parat hält.

### Was erwartet Sie in Regensburg?

#### 3 Hauptreferate:

- Gesundheit braucht Training  
(Dr. F. Möckel, Vizepräsident des Bayerischen Sportärzterverbandes & Chef des Regensburger Instituts für Prävention & Diagnostik)
- Überlastungsbeschwerden im Laufsport – was kann der Laufschuh leisten?  
(Dr. S. Grau, Leiter Biomechanik der Abteilung Sportmedizin der Universität Tübingen)
- Zur Qualität von Breiten- und Gesundheitssportangeboten aus sportwissenschaftlicher Sicht  
(Dr. P. Wastl, Dipl. Sportlehrer Universität Aachen, Vizepräsident LV Nordrhein)

#### 10 Workshop-Themen aus denen Sie 3 auswählen können:

- 01. Mentales Training – letztendlich gewinnt immer der Kopf**  
(Dr. Arno Schimpf, Dipl. Psychologe)
- 02. Präventives Muskeltraining für den gesunden Fuß**  
(Dr. Helmuth Lötzerich, Deutsche Sporthochschule Köln)
- 03. Beinmassage – do it yourself**  
(Norbert Rother, DLV-Physiotherapeut)
- 04. Funktionelles Warm Up**  
(Idriss Gonschinska, DLV-Disziplintrainer)
- 05. Homöopathie und Sport**  
(Dr. Sabine Zeddies, Sportmedizinerin und Homöopathin)
- 06. Mitgliedergewinnung im TREFF – wie wär's mit einem Einsteiger-LAUF-TREFF**  
(Manfred Hübner, 1. Vorsitzender LLC Marathon Regensburg)
- 07. 1x1 der Sporternährung**  
(Dr. Leonard Fraunberger, Chefarzt Ambulantes Reha-Zentrum Nürnberg)
- 08. PR im TREFF aus Sicht der Printmedien**  
(Claus-Dieter Wotruba, Sportredakteur Mittelbayerische Zeitung)
- 09. Versicherungsschutz im TREFF**  
(Dieter Huber, ARAG Sportversicherung)
- 10. Run Natural – Innovative NIKE-Technologien**  
(Hendrik Schaar, Dipl. Sportwissenschaftler am Institut für Sportwissenschaft der Universität Hamburg)

### Was erwartet Sie in Duisburg?

#### 3 Hauptreferate:

- Zur Qualität von Breiten- und Gesundheitssportangeboten aus sportwissenschaftlicher Sicht  
(Dr. P. Wastl, Dipl. Sportlehrer Universität Aachen, Vizepräsident LV Nordrhein)
- Überlastungsbeschwerden im Laufsport – was kann der Laufschuh leisten?  
(Dr. S. Grau, Leiter Biomechanik der Abteilung Sportmedizin der Universität Tübingen)
- Zukunft des LAUF-TREFFs  
(Prof. Dr. Michael Böhnke, DLV Vizepräsident)

#### 10 Workshop-Themen aus denen Sie 3 auswählen können:

- 01. Mentale Leistungsfaktoren im Laufsport**  
(Lothar Linz, Dipl. Psychologe)
- 02. Präventives Muskeltraining für den gesunden Fuß**  
(Dr. Helmuth Lötzerich, Deutsche Sporthochschule Köln)
- 03. Beinmassage – do it yourself**  
(Thorsten Beckemeier, DLV-Physiotherapeut)
- 04. Funktionelles Warm Up**  
(Idriss Gonschinska, DLV-Disziplintrainer)
- 05. LAUF-TREFF-Ausbildung im DLV und LV Nordrhein**  
(Gerd Hoppe, LVN Breitensport Lehrwart)
- 06. 1x1 der Sporternährung**  
(Anke Grashaus, Ausbildungsteam des LVN)
- 07. Walking und Nordic-Walking im TREFF**  
(Heike Spry und Dirk Altenrath, Ausbildungsteam des LVN)
- 08. Stabilisierungs- und Funktionsgymnastik**  
(Regina Cyrol, Ausbildungsteam des LVN)
- 09. Versicherungsschutz im TREFF**  
(Hans Schneider, ARAG Sportversicherung)
- 10. Run Natural – Innovative NIKE-Technologien**  
(Hendrik Schaar, Dipl. Sportwissenschaftler am Institut für Sportwissenschaft der Universität Hamburg)

