

**"Update Trainerwissen 2018"
an der Trainerakademie Köln des DOSB
vom 26.-28.11.2018 in Köln**

Datum	Tag	Uhrzeit	LE	Inhalt	Dozent
26.11.2018	Montag	13:45-14:00		Begrüßung / Organisation	Frank Wieneke
		14:00-15:30	2	Gelingendes Coaching im Leistungssport - Das Trainerverhalten im Fokus	Dr. Sebastian Altfeld Frank Wieneke
		15:30-16:00		Kaffeepause	
		16:00-17:30	2	Praxis Wettkampfcoaching - Olympische Spiele: Erfahrungen und Ableitungen	
		18:30		Abendessen	
27.11.2018	Dienstag	ab 07:00		Frühstück	
		09:00-10:30	2	Die klassischen Kraftübungen in der Praxis - Anwendung und Variation	Marcus Temming
		11:00-12:30	2		
		12:30		Mittagessen	
		14:00-15:30	2	Die Trainer - Stimme und ihre Wirkung (1. Teil)	Prof. Katrin Neumann
		15:30-16:00		Kaffeepause	
		16:00-17:30	2	Die Trainer - Stimme und ihre Wirkung (2. Teil)	
		18:30		Abendessen	
28.11.2018	Mittwoch	ab 07:00		Frühstück	
		08:00-11:00	4	Schnelligkeitsbasiertes Krafttraining - Neue Messmethoden	Thorsten Ribbecke
		11:00-11:15		Abschlussbesprechung	Frank Wieneke
		11:15		Mittagessen danach Abreise	