

FUNCTIONAL FORUM 2022

	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
10.00 ▼ 10.30	Mobility-Training So werden Gelenke beweglicher Mit Franziska Piel	Stickmobility Training Denis Krämer		
10.30 ▼ 11.00	Programming im Functional Training Eberhard Schlömmner	Performance Training: Leistungssteigerung mit effektiven Tools Konzeptschulung für Performance Trainer Mit Rebecca Barthel	Energy Boost – Steigere deine Konzentration und Aufmerksamkeit	Happy Fascia – Feel good Exercises for healthy fascia
11.00 ▼ 11.30	Top 5 beim Athletictraining Die 5 Grundeigenschaften individuell und spezifisch fördern Mit Rebecca Barthel	Neuro.Training Neurozentriertes Fitnessstraining Steffen Trepel	Top 5 beim Athletictraining Die 5 Grundeigenschaften individuell und spezifisch fördern Mit Rebecca Barthel	TRX-Challenge
11.30 ▼ 12.00	Neuro.Training Neurozentriertes Fitnessstraining Steffen Trepel	n.m.s.® PERFORMANCE SYSTEM - Neuromuskuläres Screening Tests und Techniken, um die Leistungsfähigkeit deiner Kunden zu verbessern. Mit Martin Sedivy	PEFORM BETTER DIGITAL GO Digital – Wie aus Wissen digitaler Umsatz wird – best practice Beispiele Frank Thömmes	Performance Training: Leistungssteigerung mit effektiven Tools Konzeptschulung für Performance Trainer Mit Peter Schiller
12.00 ▼ 12.30	Performance Training: Leistungssteigerung mit effektiven Tools Konzeptschulung für Performance Trainer Mit Peter Schiller	BlazePod – Flash Reflex Training Ingmar Sommerfeld	Koordinationstraining im PT und Smallgrouptraining Zirkel für unterschiedliche Leistungsniveaus Mit Franziska Piel	BANDs Training – kleine Tools – große Wirkung
12.30 ▼ 13.00	BLACKROLL MOVES – Unsere Gruppenkurse fürs Studio	Leg Extreme: Das funktionelle Bein-Workout Mit Franziska Piel	Recovery – mehr ist nicht mehr! Stefan Liebezeit	Bands Training
13.00 ▼ 13.30	Die Rolle der Hüfte bei der Kniebeuge Patrick Meinart	Strength Forum Institut / NSCA GC Germany Dr. Stephan Geisler	Neurozentriertes Training Luise Walther	ISO – ReGen - Regenerationstraining Mit Tigran Mikayelyan
13.30 ▼ 14.00	n.m.s.® PERFORMANCE SYSTEM - Neuromuskuläres Screening Tests und Techniken, um die Leistungsfähigkeit deiner Kunden zu verbessern. Mit Martin Sedivy	Schlafräuber eliminieren Dr. Lutz Grundmann	n.m.s.® PERFORMANCE SYSTEM - Neuromuskuläres Screening Tests und Techniken, um die Leistungsfähigkeit deiner Kunden zu verbessern. Mit Martin Sedivy	Better Coach – Dein Weg in ein erfolgreiches Personal Training Business Stefan Liebezeit & Boris Nicolaus
14.30 ▼ 15.00	Functional Movement System (FMS) – ein zertifiziertes Assessment und Programming im Fitness- und Performance Training Eberhard Schlömmner	CORE-Training – Stationstraining für einen starken Rumpf Mit Peter Schiller	Aktive Regeneration – Übungen für deinen ausgeglichenen Arbeitstag	n.m.s.® PERFORMANCE SYSTEM - Neuromuskuläres Screening Tests und Techniken, um die Leistungsfähigkeit deiner Kunden zu verbessern. Mit Martin Sedivy
15.00 ▼ 15.30	Koordinationstraining Zirkel für unterschiedliche Leistungsniveaus Mit Rebecca Barthel	PEFORM BETTER DIGITAL GO Digital – Wie aus Wissen digitaler Umsatz wird – best practice Beispiele Frank Thömmes	Performance Training: Leistungssteigerung mit effektiven Tools Konzeptschulung für Performance Trainer Mit Peter Schiller	BlazePod – Flash Reflex Training Ingmar Sommerfeld
15.30 ▼ 16.00	National Academy of Sports Medicine® NASM CPT – a proven concept for modern Personal Training (engl.)	Mobility – Steigere deine Range of Motion	Neues zum TRX-Training – die ungeschlagene Nummer 1 Stefan Liebezeit	
16.00 ▼ 16.30	Faszination Faszientraining Effektives Faszientraining für individuelle Kundenprofile Mit Jutta Schuhn	Stickmobility Training Dennis Krämer		