

Functional Training Conference – TIMETABLE

Samstag, 24.10.2020

| Time | Halle 2 | Halle 3 | MIB | Seminarraum |
|---------------|--|--|--|--|
| | AUSSTELLER / UMKLEIDEN / AUFENTHALTSRAUM | REHAB / MOBILITY | MOVEMENT | NUTRITION / BUSINESS |
| 10:00 – 11:00 | REGISTRIERUNG | REGISTRIERUNG | REGISTRIERUNG | REGISTRIERUNG |
| 11:00 – 12:00 | | STEFAN LIEBEZEIT Spezifisches Mobility Training im Personal Training | VERO VEGAS TRX® 4 Yoga | KATI BÖNING Der entzündete Mensch |
| | PAUSE / DESINFEKTION | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU |
| 12:30 – 13:30 | | DR. LUTZ GRAUMANN Wissenschaftliche Grundlagen zu Regeneration, Schlaf und HRV Messung | HANJO FRITSCH Funktionelles Zirkeltraining | THOMAS KOROMPAI PT als nachhaltiges Business Modell. Meine 10 größten Learnings aus 10 Jahren PT Unternehmertum mit R1 |
| 13:30 – 14:30 | MITTAGSPAUSE | MITTAGSPAUSE | MITTAGSPAUSE | MITTAGSPAUSE |
| 14:30 – 15:30 | | NIKO ROMM Trainingsideen für Fussballer | PATRICK HERZOG StretchMe Level 1 Workshop | STEFAN LIEBEZEIT Der Weg zu deinem eigenen PT Studio |
| | PAUSE / DESINFEKTION | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU |
| 16:00 – 17:00 | | KATHARINA BRINKMANN Yoga als Regenerationsstrategie | MAXIMILIAN ZÖLLER RoXX Box Workout | FRANK THÖMMES BGM 2020 – Das neue PB Corporate Health Netzwerk |
| 17:30 – 20:00 | EVTL. SOCIAL ROOF TOP PARTY | | | |

Sonntag, 25.10.2020

| Time | Halle 2 | Halle 3 | MIB | Seminarraum |
|---------------|--|---|--|---|
| | AUSSTELLER / UMKLEIDEN / AUFENTHALTSRAUM | REHAB / MOBILITY | MOVEMENT | NUTRITION / BUSINESS |
| 09:30 – 10:30 | | OLE FÖRSTER Lecture: Functional Rehab 101 | PATRICK HERZOG StretchMe Level 2 Workshop | DENIS GABRIEL Megatrend Boutiqustudio: individuell, erfolgreich und zukunftsorientiert. Wir zeigen dir wie! |
| | PAUSE / DESINFEKTION | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU |
| 11:00 – 12:00 | | OLE FÖRSTER HandsOn: Functional Rehab 101 | PATRICK HERZOG Funktionelles Training in 3D | JOSUA SCHMIDT Nutrition Rehab |
| | PAUSE / DESINFEKTION | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU |
| 12:30 – 13:30 | | PATRICK MEINART Mobility – Zurück zur Beweglichkeit | HANJO FRITZSCHE Die besten Übungen in der bewegten Pause Nutzen, Potential und Wirkung | KATJA GRAUMANN Der wahre Grund warum du zu wenig Kunden gewinnst |
| 13:30 – 14:30 | MITTAGSPAUSE | MITTAGSPAUSE | MITTAGSPAUSE | MITTAGSPAUSE |
| 14:30 – 15:30 | | PATRICK MEINART Stressmanagement Übertraining durch den Alltag, nicht durch den Sport | TBA | KATJA GRAUMANN Der wahre Grund warum du zu wenig Kunden gewinnst |
| | PAUSE / DESINFEKTION | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU | PAUSE / DESINFEKTION / AUFBAU |
| 16:00 – 17:00 | | ROBINSON BENTLER Deadlift 101 | TBA | SEBASTIAN DIETRICH Functional Nutrition |