

3LSV
BAYERISCHER LANDES-SPORTVERBAND e.V.
Sportbezirk Oberbayern

14.15 - 15.45 2UE	Vortrag: Katharina Neuschäfer (Sexismus, Drop out, Cat calling) Podiumsdiskussion: Katharina Schwarz Trainerin vs. Trainer, Katharina Neuschäfer, Martin Pichlmeier Wie siehst du das? Was muss sich ändern? Training, Fortbildung, Anerkennung			
15.45 - 16.30 1 UE	Heike Bittner Starke Mädchen - Starke Frauen Workshop Selbstverteidigung B1	Marion Liebig Funktionelles Training Faszien Gelenkgesundheit, Beweglichkeit & Bewegung, die dein Leben leichter machen B2	Ulrike Bracht Geschlechterspezifische Kommunikation B3	Doris Eckl Pound Rockout Workout Ganzkörpertraining und Cardio B4
16.30 - 17.15 1UE				Wolfgang Roßmann Reaktivtraining mit bestimmten Kurzhanteln B4a
17.15 - 18.00 1UE	Simone Roßmann Faszienrollen Tipps & Tricks B1a	Doris Eckl Yoga mit Entspannungseise B2a		Julia Bindel /Nicole Walther Hula Hoop Fitness Praxis und Theorie für die Sportstunde B4b

Kongress: Frauen im Sport - Herausforderungen erkennen und bewältigen
Sonntag, 28.06.2025 (6 UE)

Uhrzeit	Inhalt			
08.30 - 09:15 1 UE	Simone Roßmann Faszienrollen Tipps & Tricks C1	Marion Liebig Funktionelles Training Faszien, Gelenkgesundheit, Beweglichkeit & Bewegung die dein Leben leichter macht C2	Ulrike Bracht Geschlechterspezifische Kommunikation C3	Doris Eckl Vinyasa Yoga Flow C4
09.15 - 10.00 1UE	Julia Bindel /Nicole Walther Hula Hoop Fitness Praxis und Theorie für die Sportstunde C1a			
10.15 - 11.00 1 UE	Vortrag Marion Schöne: Frauen in Führungspositionen			
11.45 - 12.30 1UE	Marion Liebig Von Geist zu Bewegung Pre-Pilates-Übungen zur Schulung der eigenen Körperwahrnehmung D1	Julia Bindel /Nicole Walther Hula Hoop Fitness Praxis und Theorie für die Sportstunde D2	Ulrike Bracht Geschlechterspezifische Kommunikation D3	Simone Roßmann Faszienrollen Tipps & Tricks D4
12.30 - 13.15 1UE		Wolfgang Roßmann Reaktivtraining mit bestimmten Kurzhandeln D2a		KI basierte Leistungsdiagnostik Sportschule Oberhaching D4a
13.15 - 14.00 1UE	Bärbel Padilla-Ottl Ehrenamt - Mehrwert oder mehr Wert?			
Verabschiedung				

Die Teilnahme an den gelb markierten Veranstaltungen ist Pflicht für eine Lizenzverlängerung. Alle anderen Veranstaltungen können frei gewählt und zusammengestellt werden.