

Programm

FREITAG

11:00 - 12:30 UHR ANMELDUNG

12:45 - 13:00 UHR ERÖFFNUNG

13:00 - 13:55 UHR VORTRAG 1

„Pubertät und Nachwuchssport“, M. Goeckenjan

Ort: Großer Saal

13:55 - 14:50 UHR VORTRAG 2

„Understanding the effect of the menstrual cycle on athletic performance“, M. Taylor

Ort: Großer Saal

15:30 - 16:15 UHR WORKSHOPS

- Workshop 1 „Talententwicklung“, F. Lath
Ort: Raum *Kolumban*
- Workshop 2 „Zyklus & Training“, S. Matter Brügger
Ort: Raum *Weidach*
- Workshop 3 „Verletzungsrisiko/Loadmanagement“, A. Hecksteden
Ort: Raum *Rieden*

16:25 - 17:10 UHR WORKSHOPS

- Workshop 1 „Talententwicklung“, F. Lath
Ort: Raum *Kolumban*
- Workshop 2 „Zyklus & Training“, S. Matter Brügger
Ort: Raum *Weidach*
- Workshop 3 „Verletzungsrisiko/Loadmanagement“, A. Hecksteden
Ort: Raum *Rieden*

17:30 - 18:00 UHR EXPERTINNENRUNDE

18:00 - 18:30 UHR SPECIAL GUEST INTERVIEW

18:40 - 19:00 UHR APERO

19:00 - 21:30 UHR ABENDESSEN

SAMSTAG

Programm

09:00 - 09:55 UHR VORTRAG 3

„Kommunikation über Menstruation“, M. Wolf

Ort: Großer Saal

09:55 - 10:50 UHR VORTRAG 4

„REDS in der sportmedizinischen Ambulanz“, C. Kopp

Ort: Großer Saal

11:15 - 12:00 UHR WORKSHOPS

- Workshop 4 „REDS“, C. Kopp
Ort: Raum *Weidach*
- Workshop 5 „Regeneration & Ernährung“, M. Rinderer
Ort: Raum *Rieden*
- Workshop 6 „Kommunikation über Menstruation“, M. Wolf
Ort: Raum *Kolumban*

13:30 - 14:15 UHR WORKSHOPS

- Workshop 4 „REDS“, C. Kopp
Ort: Raum *Weidach*
- Workshop 5 „Regeneration & Ernährung“, M. Rinderer
Ort: Raum *Rieden*
- Workshop 6 „Kommunikation über Menstruation“, M. Wolf
Ort: Raum *Kolumban*

14:30 - 15:25 UHR VORTRAG 5

„Train your Brain! Warum mentale Gesundheit im Spitzensport für Frauen zentral ist“, K. Hödlmoser

Ort: Großer Saal

15:25 - 15:45 UHR WRAP UP & VERABSCHIEDUNG