

Anfahrt

mit dem Auto

A2 aus Richtung Dortmund:

Ausfahrt Hannover-Herrenhausen, Richtung City, dann der Ausschilderung folgen zum Maschsee/Stadion

A2 aus Richtung Berlin:

Ausfahrt Hannover-Herrenhausen, Richtung City, dann der Ausschilderung folgen zum Maschsee/Stadion

A7 aus Richtung Hamburg/Bremen:

Ausfahrt Hannover-Anderten auf die B65 Richtung Hannover, dann der Ausschilderung folgen zum Maschsee/Stadion

A7 aus Richtung Hildesheim:

Hannover-Anderten auf die B 65 Richtung Hannover, dann der Ausschilderung folgen zum Maschsee/Stadion

Parkplätze

...sind auf dem Schützenplatz ausreichend vorhanden

vom Flughafen

S-Bahn 1 bis zum Hauptbahnhof, weiter siehe „mit öffentlichen Verkehrsmitteln“

mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Stadtbahn Linie 3, 7, 9 bis Haltestelle „Waterloo“

Bus Linien 131, 132 bis Haltestelle „Stadion“

Aussteller

AOK
Bladerunner
Brandes und Diesing
Bundeswehr
Compex
Det's Laufshop
Dr. W. Blindow Physiotherapie-Schule
Exel
Fit Line
Hirt Via Nova
HLH Biopharma Vertriebs GmbH
Juice Plus
Loges
meta Fackler KG
Mittermeier
Orthomol
Polar
Wasa

1. LEISTUNGS- UND BREITEN-SPORTKONGRESS



Veranstalter Niedersächsischer Leichtathletik-Verband e.V. Handballverband Niedersachsen e.V.

Vorträge und Workshops

Therapie Ernährung Kraft/Leistung

12. März 2005

9:00 - 18:00 Uhr

**Internationale Schule
Hannover**

Informations- und Sportfachmesse

www.sportkongress-niedersachsen.de



Information:

Nds. Leichtathletik-Verband e. V.,
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10,
30169 Hannover,
Fax 0511/33890-19, Email: voigt@nlv-la.de



EUROPA FACHAKADEMIE
Zukunft gestalten.

International School
Hannover Region

Anmeldung

Per Post oder per Fax an den:

Handball-Verband Niedersachsen e.V.; Maschstr. 20; 30169 Hannover;
Tel.: 0511/989950; Fax: 0511/889819; Email: hvngs@t-online.de

Hiermit melde ich mich an für:

Veranstaltung: **1. Leistungs- und Breitensport-
kongress des NLV und HVN**
(12. März 2004 in Hannover)

Angaben zur Person/ Teilnehmer:

Name: _____ Vorname: _____
Verein: _____ Verband: _____
Straße: _____ PLZ/Ort: _____
Tel.: _____ Handy: _____
Email: _____ Geb.-Datum: _____

Die Zahlungsweise kann aus verwaltungstechnischen Gründen
ausschließlich über eine Einzugsermächtigung erfolgen!

Ort, Datum

Unterschrift

Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige ich den HVN widerruflich, einmalig die Gebühr für o.g.
Veranstaltung in Höhe von siehe unten einzuziehen.

40,00 €* bei Anmeldung bis 19.02.2005 **60,00 €* bei Anmeldung ab 20.02.2005**

Kreditinstitut: _____
Kontoinhaber: _____
Konto-Nr.: _____ BLZ: _____

Ort, Datum

Unterschrift

* (NICHTZUTREFFENDES BITTE DURCHSTREICHEN!)

Vorträge

Thema	Referent	Thema	Referent
Therapie		Kraft/ Leistung	
Laufschuhe und Einlagenversorgung	Brandes & Diesing	Herzfrequenz gesteuertes Ausdauertraining	A. Frick
Osteopathische Behandlungsansätze bei Achillessehnen-beschwerden - Tipps für die Trainingsgestaltung	C. Fischer	Muskelkräftigung und Muskelaufbau durch Elektrostimulation	M. Keulemann
Verletzungsnachbehandlung mit Elektrotherapie	M. Keulemann	Ausdauer gewinnen, Sprintfähigkeit erhalten	Prof. Dr. N. Maassen
Rehabilitation nach Bandverletzungen	E. Kowalczuk	Naturheilkunde und Leistungsdiagnostik	M. Mittermeier
Physiotherapeutische Behandlung von Muskelverletzungen	E. Linsel	Stellenwert der Athletik im Handball	C. Nordmeyer
Naturheilkundliche Immunstimulation	Dr. O. Ploss	Sprungtraining in Handball und in der Leichtathletik	B. Rebischke
Osteopathische Methoden für Trainer	V. Reinecke	„Fit oder Platt“ - richtige Vorbereitung und Gestaltung von Trainingslagern	G. Schneider
Leistungsentwicklung & muskuläre Dysbalancen	U. Sittig	Optimale Periodisierung des Trainings	G. Schneider
Orthopädische Aspekte im Leistungssport	U. Wegner	Krafffähigkeiten und Leistung in den leichtathletischen Sprüngen - Abhängigkeiten und Training	H.-J. Thomaskamp
Ernährung		Elektronische Muskelstimulation im Sport	Dr. R. Völker
Makro- und Mikronährstoffe	Hirt Via Nova	Leistungsförderung in der Bundeswehr	K. Oelkers
Zur Abhängigkeit zwischen Darm-Milchsäurebakterien und Immunsystem	R. Jäger		
Nahrungsergänzungsprodukte zur Vorbeugung, Therapie und Leistungssteigerung	Fa. Loges		
Einflüsse der Ernährung auf die aktuelle Leistungsfähigkeit sowie die langfristige Leistungsentwicklung	Prof. Dr. N. Maassen	Therapie	
Bedeutung optimierter Nahrungsergänzung im Leistungs- und Breitensport	M. Mamontow	Einführung in grundlegende Massagetechniken	M. Keulemann
Dopingproblematik bei Nahrungsergänzungsprodukten	M. Mamontow	Selbstregulation in Stresssituationen	M. Saatweber
Nahrungsergänzungsmittel zur Unterstützung der Leistungsfähigkeit, Widerstandskraft und Regeneration	Fa. Orthomol	Tape-Kurs	G. Willam
Vorbereitung auf Wettkämpfe/ Mannschaftsspiele durch gezielte Ernährung	Y. Purps	Kraft/ Leistung	
Natürliche Nahrungsergänzung im Sport auf Obst- und Gemüsebasis	M. Schneider	Einführung Nordic Walking	J. Baumhör
		Nordic Walking für Leistungssportler	J. Baumhör
		Rückengymnastik und -kräftigung	C. Leyder
		Inhalte zum Koordinationstraining	R. Friebe
		Koordination durch Ballspiele	R. Friebe
		Laufschulung und Förderung der Gesamtkoordination mit dem Sprungseil	J. Pettau

Workshops

Thema	Referent
Einführung in grundlegende Massagetechniken	M. Keulemann
Selbstregulation in Stresssituationen	M. Saatweber
Tape-Kurs	G. Willam
Einführung Nordic Walking	J. Baumhör
Nordic Walking für Leistungssportler	J. Baumhör
Rückengymnastik und -kräftigung	C. Leyder
Inhalte zum Koordinationstraining	R. Friebe
Koordination durch Ballspiele	R. Friebe
Laufschulung und Förderung der Gesamtkoordination mit dem Sprungseil	J. Pettau