

Programm - Sonntag, 17.03.2024
NSCA GC Germany Practical Sessions

| | |
|-------|--|
| 8.15 | Check-In |
| 8.45 | Begrüßung (Prof. Dr. Stephan Geisler) |
| 9.00 | Warm-Up - RAMP Protokoll Dennis Thannhäuser (CSCS-Anwärter, Bayern München Basketball) |
| 9.30 | Rate of Force Development - Strategien zur Entwicklung des RFD Jan Seiler (SSCA; Eidgenössische Hochschule für Sport Magglingen) |
| 10.30 | Speed - Coaching & Cues im Schnelligkeitstraining Corey Chapman (CSCS; Athletic Solution Center in Bietigheim) |
| 11.30 | Plyometrics Dennis Thannhäuser (CSCS-Anwärter, Bayern München Basketball) |
| 12.00 | Mittagspause (Foodtruck) |
| 13.00 | Conditioning Dr. Manuel Matzka (M.Sc. Strength & Cond.; Uni Würzburg) |
| 14.00 | Strength - Olympisches Gewichtheben im S&C-Setting Prof. Dr. Stephan Geisler (IST Düsseldorf; Präsident NSCA GC Germany) |
| 15.00 | Tactical John Mackersie (CSCS/TSAC; KBRwyle) & Art Claas v.d. Heide (CSCS/TSAC; Heartcore Athletics) |
| 16.00 | Mental Resilience Art Claas v.d. Heide (CSCS/TSAC; Heartcore Athletics) |
| 16.30 | Ausklang / Ende |