

PROGRAMM (STAND: 07.04.2010)

MITTWOCH, 14. APRIL 2010		
8.00 – 11.00 UHR	ANREISE UND ANMELDUNG	
11.00 – 11.15 UHR	Begrüßung	Dr. Andrea Horn, Bundesinstitut für Sportwissenschaft
11.15 – 12.15 UHR	Einführung	Hinführung zum Thema aus Sicht der beiden Arbeitsgruppen Arbeitsgruppe Bochum/Leipzig; Arbeitsgruppe Köln
12.15 – 13.15 UHR	Vortrag	Ontogenetische Entwicklung der Muskelkraft von Kindern und Jugendlichen Arbeitsgruppe Bochum/Leipzig
13.15 – 13.45 UHR	PAUSE	
13.45 – 14.45 UHR	Vortrag	Effekte von Krafttraining auf die Muskelkraft von Kindern und Jugendlichen Arbeitsgruppe Köln
14.45 – 15.45 UHR	Vortrag	Biologische Mechanismen und Ursachen trainingsbedingter Kraftzuwächse Arbeitsgruppe Bochum/Leipzig
15.45 – 16.15 UHR	PAUSE	
16.15 – 17.15 UHR	Vortrag	Gesundheitliche Aspekte des Krafttrainings von Kindern und Jugendlichen Arbeitsgruppe Köln
17.15 – 18.15 UHR	Vortrag	Zusammenfassung und Empfehlungen für die Sportpraxis und die Wissenschaft aus Sicht der Arbeitsgruppen Arbeitsgruppe Bochum/Leipzig; Arbeitsgruppe Köln
18.15 – 18.45 UHR	Ausblick	Bonner Erklärung und Ausblick Dr. Andrea Horn, Bundesinstitut für Sportwissenschaft
19.00 - 21.00 UHR	RAHMENPROGRAMM (QI-GONG - EINFÜHRUNG UND - PRÄSENTATION)	

Ab 19 Uhr besteht die Möglichkeit zum Abendessen.