

	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
10:00 ▼ 10:30	Franziska Piel / IFAA Biohacking als ganzheitliches Optimierungssystem	Nina Bacher / IFAA Propriozeptives Training für Körper und Geist	Peter Schiller / IFAA Lock out = Knockout? Gelenkstellung beim Krafttraining	Nina Bacher / IFAA Fitness für die Seele
10:30 ▼ 11:00	Nina Bacher / IFAA Propriozeptives Training für Körper und Geist	Bastian Maier / IFAA Die Bedeutung von Bewegungsangst und Schmerzkatastrophisierung für die Trainingsfläche	Marcel Lamée / IFAA Differenziertes Lernen und Ugly Lifts vs. Led activities und Perfektion	Peter Schiller / IFAA Lock out = Knockout? Gelenkstellung beim Krafttraining
11:00 ▼ 11:30	Stefan Schneider / BLACKROLL® Strategien für einen erholsamen Schlaf	Franziska Piel / IFAA Präsenz und Mentoring im Trainingsbereich – Die Schlüssel zu nachhaltigem Erfolg	Stefan Schneider / BLACKROLL® Strategien für einen erholsamen Schlaf	Katrin Kleinesper / IFAA Wie Essen unseren Schlaf bestimmt
11:30 ▼ 12:00	Dr. Martin V. Huizing / FIELDPOWER Hypergravity Training – The next level Power Training	Stefan Schneider / BLACKROLL® Muskellängentraining: Beweglichkeit ganzheitlich verbessern	Sina Ruppenthal / IFAA Frauen im Leistungssport – Wie können wir die Herausforderung im traditionell männlich dominierten Kraftsport als Chancen nutzen?	Robert Kruschke / BLACKROLL® Create Your Day – The Secrets of Healthy Routines
12:00 ▼ 12:30	Sam Förster & Pablo Klüppelberg / W1NNAS Die Arbeit mit Profi-Athleten – Wie überzeugt man Profisportler von einem Produkt?	Martin Sedivy / IFAA Wie kann n.m.s.® die Leistungsfähigkeit eines Sportlers sofort und nachhaltig steigern?	Jana Sollberger / Core Health & Fitness BoxMaster Training: Precision Strength for Optimal Results	Peter Schiller / IFAA Myo-Reps by Borge Fagerli
12:30 ▼ 13:00	Franziska Piel / IFAA Präsenz und Mentoring im Trainingsbereich – Die Schlüssel zu nachhaltigem Erfolg	Wayne Gordon & Jorge Martins / Core Health & Fitness Strength Training Techniques for Every Client	Jutta Schuhn / LIVADUR® Best Age Fitness: Stärke Körper und Geist mit Kreatin	Romina Steinschulte / Core Health & Fitness HIIT Training: Fueling Performance with Maximum Impact
13:00 ▼ 13:30	Frank Müller / Core Health & Fitness Unlocking the Power of Cable Based Training	Nina Bacher / IFAA Eisbaden: Der ultimative Kälterez zur Regeneration und Leistungssteigerung	Katrin Kleinesper / IFAA Der Darm als Schaltstelle für ein aktives Immunsystem	Martin Sedivy / IFAA Wie kann n.m.s.® die Leistungsfähigkeit eines Sportlers sofort und nachhaltig steigern?
13:30 ▼ 14:00	Nina Bacher / IFAA Micro Habits für die optimale Regeneration	Jutta Schuhn / LIVADUR® Best Age Fitness: Stärke Körper und Geist mit Kreatin	Marcel Lamée / IFAA Sprungkrafttraining: schneller-stärker-gesünder	Stefan Benz Eat like an athlete – Sporternährung für Frauen
14:00 ▼ 14:30	Franziska Piel / IFAA Biohacking als ganzheitliches Optimierungssystem	Franziska Piel / IFAA Biohacking als ganzheitliches Optimierungssystem	Stefan Benz Zyklusbasiertes Training	Peter Schiller / IFAA JoJo-Effekt und Stoffwechsellanpassungen
14:30 ▼ 15:00	Sam Förster & Pablo Klüppelberg / W1NNAS Die unterschätzte Gefahr – SNUS im Profisport und wie eine echte Alternative den Markt verändert	Bastian Maier / IFAA Selbstwirksamkeit und chronischer Schmerz	Peter Schiller / IFAA Myo-Reps by Borge Fagerli	Stefan Schneider / BLACKROLL® Muskellängentraining: Beweglichkeit ganzheitlich verbessern
15:00 ▼ 15:30	Dennis Gnädinger / BLACKROLL® Recovery-Longevity-Strategien: Durch gezielte Recovery Strategien nicht nur länger, sondern länger gesund leben	Katrin Kleinesper / IFAA Die ketogene Revolution: Fettverbrennung durch fettige Ernährung	Sina Ruppenthal / IFAA Wie trainieren die stärksten Männer Deutschlands? Eine Trainingsanalyse führender Strongman-Athleten und wie Alltags-Athlet/innen davon profitieren können	
15:30 ▼ 16:00	Franziska Piel / IFAA Übungsportfolio auf funktionaler Ebene – Effektive Bewegungsmuster für nachhaltige Ergebnisse	Dennis Gnädinger / BLACKROLL® Recovery-Longevity-Strategien: Durch gezielte Recovery Strategien nicht nur länger, sondern länger gesund leben	Martin Sedivy / IFAA Wie kann n.m.s.® die Leistungsfähigkeit eines Sportlers sofort und nachhaltig steigern?	
16:00 ▼ 16:30	Martin Sedivy / IFAA Wie kann n.m.s.® die Leistungsfähigkeit eines Sportlers sofort und nachhaltig steigern?	Martin Sedivy / IFAA Wie kann n.m.s.® die Leistungsfähigkeit eines Sportlers sofort und nachhaltig steigern?	Robert Kruschke / BLACKROLL® Create Your Day – The Secrets of Healthy Routines	
16:30 ▼ 17:00	Nina Bacher / IFAA Fitness für die Seele	Franziska Piel / IFAA Übungsportfolio auf funktionaler Ebene – Effektive Bewegungsmuster für nachhaltige Ergebnisse	Peter Schiller / IFAA JoJo-Effekt und Stoffwechsellanpassungen	