

Samstag 19.09.2020				
	Seminarraum	Schwimmhalle	Seminarraum Leichtathletik	Athletikraum
09:00	Eröffnung in der Mensa der Sportschule Potsdam			
9:45-11:15	A1 - Periodisierung im Wettkampfsport (Theorie)	A2 - Spiel- und Übungsformen zur Wassergewöhnung (Praxis)	A3 - Kinderschutz Helfer am Beckenrand Teil 1 (Theorie)	A4 - Muskeltonus - Muskeln gezielt anspannen und entspannen (Theorie und Praxis)
	Harald Gampe	Kirsten Grandke	Ulf Kiupel	Christian Karsch
11:30-13:00	B1 - unmittelbare Wettkampfvorbereitung (Theorie)	B2 - Schwimmen lernen mit älteren Menschen (Praxis)	B3 - Aufsichts- und Sorgfaltspflicht Helfer am Beckenrand Teil 2 (Theorie)	B4 - Athletiktraining ohne Geräte, eine Vielfalt an Ganzkörperübungen (Praxis)
	Harald Gampe	Kirsten Grandke	Ulf Kiupel	Christian Karsch
14:00-15:30	C1 - Sichtung im Landesverband Brandenburg (Theorie)	C2 - Wassergefühl für jede Altersklasse (Praxis)	C3 - Trainer im Spannungsfeld zwischen Eltern und Vorstand Helfer am Beckenrand Teil 3 (Theorie)	C4 - Planung des Athletiktrainings im Jahresverlauf (Theorie)
	Toni Helbig	Christian Karsch	Ulf Kiupel	Tom Siara
15:45-17:15	D1 - Coronapandemie - aktuelle Situation im Sport, Chancen und Risiken (Theorie)	D2 - Kreative Staffeln und Spiele im Wasser (Praxis)	D3 - Landesvielseitigkeitstest (Theorie)	D4 - Standarttests in der Athletik (Praxis)
	Maren Nagel	Christian Karsch	Rainer Welke	Tom Siara

Sonntag 20.09.2020			
Seminarraum	Schwimmhalle	Seminarraum Leichtathletik	Athletikraum
E1 - Trainer - Die Stimme am Beckenrand (Theorie und Praxis)	E2 - Starts optimieren (Praxis)	E3 - Jahresplanung in der Grundlagenausbildung (Theorie)	E4 - Atem und Bewusstsein - Atemtechniken (Theorie und Praxis)
Christopher Schulze	Robin Backhaus	Maren Nagel	Christian Karsch
F1 - Trainer - Die Stimme am Beckenrand (Theorie und Praxis)	F2 - Wenden optimieren (Praxis)	F3 - Trainingslager organisieren und Durchführen (Theorie)	F4 - Standardabläufe im Training (Theorie)
Christopher Schulze	Robin Backhaus	Maren Nagel	Christian Karsch
G1 - Gedankenkraft und Vorstellungskraft für Trainer und Sportler (Theorie)	G2 - methodische Vermittlung der Rücken- und Freistiltechnik (Praxis)	G3 - Förderung der intrinsischen Motivation im Training (Theorie)	G4 - Langhanteltraining für Schwimmer (Praxis)
Christian Karsch	Uwe Gerwien	Tim Thorben Suck	Robin Backhaus
H1 - Leben im Internat - weg von zu Hause? (Theorie)	H2 - methodische Vermittlung der Brust- und Schmetterlingstechnik (Praxis)	H3 - Ziele richtig setzen und bearbeiten (Theorie)	H4 - Athletik mit kleinen Geräten (Praxis)
Toni Helbig	Uwe Gerwien	Tim Thorben Suck	Robin Backhaus