

## 11. WLV Laufkongress – analog und digital!

*Fortbildungskongress ausdrücklich für nichtlizenzierte, aber auch lizenzierte laufbegeisterte Athlet:innen*

<b>Termin</b>	Sonntag, 08. März 2025, 09.30 – 16.00 Uhr	<b>Meldeschluss: 01. März 2026, 12 Uhr</b>
<b>Lehrgangsort</b>	Molly-Schauffele-Halle Stuttgart (Mercedesstr. 83, 70372 Stuttgart)	
<b>Voraussetzungen</b>	Teilnahme digital: Stabile Internetverbindung. Wenn vorhanden: Mikrofon. Zugang per PC, Laptop, Tablet oder Smartphone. Genaue Zugangsdaten und Informationen werden im Vorfeld per E-Mail verschickt.	
<b>Videoaufnahmen</b>	Für die Live-Übertragung des WLV Laufkongress werden vor Ort in der Molly-Schauffele-Halle Videoaufnahmen gemacht. Diese Videoaufnahmen werden ausschließlich an die angemeldeten Teilnehmenden am digitalen Angebot übertragen. Die Aufnahmen werden nicht öffentlich zugänglich sein oder im Nachgang veröffentlicht. Es wird vor Ort organisiert sein, dass Teilnehmende, die nicht gefilmt werden möchten, sich so platzieren können, dass diesem Wunsch entsprochen werden kann. Nähere Informationen werden ca. eine Woche vor dem Kongress per E-Mail verschickt.	
<b>Kosten*</b>	<b>69,00 € Anmeldegebühr Teilnahme gesamter Kongress vor Ort</b> (inkl. digitalem Kongressbericht) <b>59,00 € Anmeldegebühr Teilnahme gesamter Kongress online</b> (inkl. digitalem Kongressbericht) <b>20,00 € Verpflegungspauschale</b> 1x Speise & 1x Getränk wahlweise buchbar; die Essensauswahl wird mit der Workshopauswahl abgefragt	
<b>Lizenzverlängerung</b>	8 LE zur Lizenzverlängerung der Trainer:in-C und Trainer:in-B-Lizenz	
<b>Anmeldung</b>	Link für Analoge Anmeldung	Link für Digitale Anmeldung

\*10 € Ermäßigung für Schüler:innen/Studenten:innen/Stuttgart-Lauf-Teilnehmer:innen - Rabatte sind nicht kombinierbar.

## Programm

09:00 – 09:05	<b>Begrüßung</b>
09:05 – 10:15	<b>Impulsvortrag</b> Ermüdungsbedingte physiologische und biomechanische Veränderung beim Laufen
10:15 – 10:30	<b>Pause</b>
10:30 – 12:00	<b>Workshop-Block A</b>
	<b>A1</b> TUGO
	<b>A2</b> Spinefitter
	<b>A3</b> Berg/Bank/Baum – Rumpfstabilität beim Laufen
	<b>A4</b> Slow Jogging
	<b>A5</b> Das ISG-Syndrom beim Laufen
12:00 – 13:00	<b>Mittagspause</b>
13:00 – 14:00	<b>Podiumsdiskussion mit Olympikonin Alina Reh</b>
14:00 – 14:15	<b>Pause</b> (Kaffee/Tee inklusive)
14:15 – 15:45	<b>Workshop-Block B</b>
	<b>B1</b> TUGO*
	<b>B2</b> Spinefitter*
	<b>B3</b> Berg/Bank/Baum – Rumpfstabilität beim Laufen
	<b>B4</b> Slow Jogging
	<b>B5</b> Das ISG-Syndrom beim Laufen
15:45 – 16:00	<b>Gemeinsamer Abschluss</b>

\*genaue Workshop-Titel werden noch bekannt gegeben

**Prof. Dr. Steffen Willwacher**

**Nobert Knapp**

**N.N.**

**Alexandra Ebert**

**Dorothea Lorenz**

**Luis Mayer**

**Nobert Knapp**

**N.N.**

**Alexandra Ebert**

**Dorothea Lorenz**

**Luis Mayer**

- Analog** Nach dem Meldeschluss wird per E-Mail die Workshop-Auswahl über ein Online-Formular abgefragt. Alle relevanten Informationen werden ebenfalls in dieser E-Mail mitgeteilt.
- Digital** Es werden alle Programmpunkte am Vormittag übertragen. In Workshop-Block A wird der **Workshop A5** und in Workshop-Block B der **Workshop B4** über die Videoplattform Teams gestreamt. Eine Auswahl ist leider aus technischen Gründen nicht möglich.

<b>Hinweis:</b>	Es gelten die „Organisatorischen Hinweise zum Bildungsbereich der Leichtathletik Baden-Württemberg“: <a href="https://www.bwleichtathletik.de/bildung/organisatorische-hinweise/">https://www.bwleichtathletik.de/bildung/organisatorische-hinweise/</a>
<b>Parken:</b>	Bitte das kostenlose „Daimler-Parkhaus“ P7 neben dem Haus des SpOrt nutzen (Fritz-Walter-Weg 19 / im Navi „Martin-Schrenk-Weg, 70372 Stuttgart“ eingeben).