

**Sport bewegt! Unter dem Motto bietet der 4. Thüringer Sportkongress vom 7. bis 9. September 2018 in der Landessportschule Bad Blankenburg über 90 Workshops, Vorträge und Mitmach-Angebote in Theorie und Praxis.**

Wissen + Fakten + Praxis: Workshops, Vorträge und Mitmach-Angebote erwarten die Teilnehmer aus Vereinen und Verbänden sowie Interessierte – vom Vorstandsmitglied bis zum Trainer zu diesen Themen:

- Vereinsmanagement und Sportentwicklung
- Fitness und Trendsport
- Entspannung und Stressbewältigung
- Aqua-Fitness
- Fitte Kids – Kinder und Jugendliche für Bewegung begeistern

Das Spektrum reicht vom Gedankenaustausch mit neuen Informationen in der Sportvereinsentwicklung und im Sportmanagement über das Zuhören und Aneignen von Wissen und Fakten bis hin zum Mitmachen, Mitnehmen und Umsetzen von Trends und Neuigkeiten aus der Sportpraxis. Der Sportkongress ermöglicht in 15 parallel laufenden Themenbereichen in 90 Workshop- und Seminarangeboten genau diesen Wissenstransfer und die Diskussion mit Fachexperten.

**Wir freuen uns auf Sie!**

#### Organisatorisches und Programminhalte

Eine ausführliche Beschreibung der Referate/Workshops sowie organisatorische Hinweise finden Sie auf unserer Homepage unter [www.thueringen-sport.de](http://www.thueringen-sport.de) sowie in der Kongressbroschüre. Gerne senden wir Ihnen diese [inklusive schriftlichem Anmeldeformular] kostenfrei zu. Einfach anfordern unter Tel.: 0361 34054-71/-74 oder per E-Mail: [kongress@lsb-thueringen.de](mailto:kongress@lsb-thueringen.de).

#### Anmeldung

Nutzen Sie zur Anmeldung ab dem 1. Mai 2018 unser Online-Formular im Internet oder das schriftliche Formular in der Kongressbroschüre.

#### Kongressgebühren

Die Kongressgebühren werden nach dem **Anmeldeschluss am 3. September 2018** per Lastschriftverfahren eingezogen.

**3-Tageskarte 130,00 Euro**

inkl. 2 Abendessen, 1 Mittagessen, Freigetränke

**2-Tageskarte 105,00 Euro**

inkl. 1 Abendessen, 1 Mittagessen, Freigetränke

**Tageskarte für Samstag 80,00 Euro**

inkl. 1 Mittagessen, Freigetränke

**Tageskarte für Freitag oder Sonntag 50,00 Euro**

inkl. Freigetränke

#### Frühbucherrabatt

Bei einer Anmeldung bis zum 9. Juli 2018 (Eingangsstempel) erhalten Sie einen Rabatt von 10 Euro pro Person.

#### Übernachtung

Übernachtungen sind **nicht** in der Teilnehmergebühr enthalten und müssen selbst organisiert werden.

#### Unterkünfte

Bis zum 31. Juli 2018 besteht die Möglichkeit, an der Landessportschule Bad Blankenburg unter Tel.: 036741 620 oder per E-Mail: [rezeption@sportschule-bb.de](mailto:rezeption@sportschule-bb.de) die Übernachtung mit dem Stichwort: „Thüringer Sportkongress 2018“ zu buchen.



#### Ansprechpartner und Information:

Landessportbund Thüringen e. V.  
Haus des Thüringer Sports  
Werner-Seelenbinder-Straße 1  
99096 Erfurt

Heike Wichmann/Jana Riedel  
Telefon: 0361 34054-71/-74  
Telefax: 0361 34054-75  
E-Mail: [kongress@lsb-thueringen.de](mailto:kongress@lsb-thueringen.de)

[www.thueringen-sport.de](http://www.thueringen-sport.de)

## Thüringer Sportkongress 2018 SPORT BEWEGT!

- Vereinsmanagement und Sportentwicklung
- Fitness und Trendsport
- Entspannung und Stressbewältigung
- Aqua-Fitness
- Fitte Kids – Kinder und Jugendliche für Bewegung begeistern

**7. bis 9. September 2018**  
**Landessportschule Bad Blankenburg**

# Programm zum Thüringer Sportkongress 2018

Freitag, 7.9. 17.30 Uhr Eröffnung, 17.35-18.30 Uhr 001 Referat: Wie funktioniert Marketing und Vertrieb im Sport?, Björn Albrecht																
Themenfelder	100 Vereinsmanagement und Sportentwicklung				200 Fitte Kids			300 Fitness und Trends					400 Entspannung und Stressbewältigung		500 Aqua	
Workshop-Nummer	101	102	103	104	201	202	203	301	302	303	304	305	401	402	501	
<b>19.30-21.00 Uhr</b>	100 Möglichkeiten Ehrenamt wertzuschätzen und zu fördern	Wie funktioniert Marketing und Vertrieb im Sport?	Der Sportversicherungsvertrag	Trendsport - frische Ideen zur sportlichen Aktivierung	Programm „bewegte Kinder - gesündere Kinder“ vorgestellt (Bewegungsscheck)	Athletische Grundlagen für 6- bis 10-Jährige	Bewegungshits für fitte Kids	Jumping Fitness	Body & Mind-Workout (B.M.W.) -Release	Energy Dance	Verbesserte Regeneration mit BlackRoll	Rückenfit mit dem Redondball	Eutonie	Faszientraining zur Entspannung	Aqua Zumba®	
<b>Referenten</b>	Nadin Czogalla/Sandro Kubitz	Björn Albrecht	Robbi Braun	Jörg Eisenacher	Anette Weidensee/Alexander Hoffmann	Hagen Wulff	Adrian Friedrich	Anna Maria Holz	Daniela Bleyl	Manuela Wende	Nadine Kuhn	Simone Stemmler-Otto	Karina Menz	Kerstin Lang	Anne-Kathrin Hundertmarck	
Samstag, 8.9. 09.00-10.00 Uhr 002 Referat: Der Sportverein der Zukunft - Den Wandel als Chance für den Verein begreifen, Jörg Ammon																
Workshop-Nummer	105	106	107	108	204	205	206	306	307	308	309	310	403	404	502	
<b>10.30-12.00 Uhr</b>	Online-Marketing für Sportvereine - von Facebook bis zur Homepage	Gesetzlicher Unfallversicherungsschutz im Sportverein	Digitalisierung der Vereinsarbeit	Kinderschutz - Gefährdungsanalyse für Sportvereine	„KINDERLEICHT-athletik - vielfältig, spielerisch und altersgerecht?!.“ Sprint und Ausdauer	Spiele für Bewegungsmuffel	„KINDERLEICHT-athletik - vielfältig, spielerisch und altersgerecht?!.“-Wurf und Sprung	Bootcamp im Sand - Outdoor Fitness (Beach Edition)	Faszientraining	Slingtraining - effektives Ganzkörpertraining	Funktionelles Training mit dem eigenen Körpergewicht	Alltagstrainingsprogramm 60 + - eine Einführung	Shen Xin Dao® - Qi Gong	Achtsamkeitsbasierte Stressbewältigung	Aqua Circel	
<b>Referenten</b>	Markus Mühe	Jens Dümmler	Dr. Thomas Bröker	Steffen Sindulka	Kai Röckert	Hagen Wulff	Domenic Ullrich	Dominik Czarnowsky	Daniela Bleyl	Anne-Kathrin Hundertmarck	Adrian Friedrich	Kevin Salewski	Martin Wolf	Elke Elling	Sandro Kubitz	
Workshop-Nummer	109	110	111	112	207	208	209	311	312	313	314	315	405	406	503	
<b>13.30-15.00 Uhr</b>	Leichte Sprache - wie geht das?	LSB-Sportstättenbauförderung - wie geht's?	Digitalisierung der Vereinsarbeit	Die EU -Datenschutzgrundverordnung	„KINDERLEICHT-athletik-vielfältig, spielerisch und altersgerecht?!.“ Sprint und Ausdauer	Stille und Ruhe in der Turnhalle	Anleiten zum Toben - Spiele und Bewegungsformen zum Toben	Bootcamp im Sand - Outdoor Fitness (Beach-Edition)	Mobilitätstraining für alle	Outdoor Fitness	Jumping Fitness	Der Alltags-Fitness-Test 60 +	Shen Xin Dao® - Qi Gong	Praktische Übungen zur Stressbewältigung	Aqua Fitness mit der Aqua Rolle	
<b>Referenten</b>	Sandra Ziller/Daniela Huhn	Thomas Eifert	Dr. Thomas Bröker	Anke Schiller-Mönch	Kai Röckert	Hagen Wulff	Sandro Kubitz	Dominik Czarnowsky	Daniela Bleyl	Adrian Friedrich	Anna Maria Holz	Kerstin Lang	Martin Wolf	Frank Rotner	Anne-Kathrin Hundertmarck	
Workshop-Nummer	113	114	115	116	210	211	212	316	317	318	319	320	407	408	504	
<b>15.30-17.00 Uhr</b>	Veränderungsmanagement im Sportverein	Aktuelles Steuerrecht im Sportverein	Wir brauchen Dich! - Digitale Freiwilligenkampagne des Thüringer Schlitten- und Bobsportverbandes	Rolle des Trainers - fachliche und soziale Kompetenzen	„KINDERLEICHT-athletik-vielfältig, spielerisch und altersgerecht?!.“-Wurf und Sprung	Motivierende Mannschaftsspiele	Spielerisch kräftigen	Calisthenics	Pilates - Bootcamp	Re-Aktivtraining mit den Smovey	Funktionelles Training mit Partnern	Alltagsstark statt altersschwach	Yoga und Atem	Praktische Übungen zur Stressbewältigung	Aqua Zumba®	
<b>Referenten</b>	Carolin Fahr	Max Dotzki/Samuel Lehmann	Sebastian Lenk	Christian Roch	Dominic Ullrich	Hagen Wulff	Sandro Kubitz	Monique König	Daniela Bleyl	Thomas Kugler	Adrian Friedrich	Michael Helbing	Nora Ursinus	Frank Rotner	Anne-Kathrin Hundertmarck	
Workshop-Nummer	117	118	119	120	213	214	215	321	322	323	324	325	409	410	505	
<b>17.30-19.00 Uhr</b>	Erarbeitung einer Vereinskonzption	Aktuelles Steuerrecht im Sportverein	Gewinnung von Ehrenamtlichen über soziale Medien - wie schaffe ich Mehrwert?	Mitgliederversammlung - gut vorbereiten, richtig durchführen, interessant gestalten	Trendsportarten-Sicher planen und gestalten	Spielerisch Kräftigen	Index für Inklusion und Kleine Spiele in heterogenen Gruppen	Calisthenics	Body & Mind-Workout (B.M.W.) -Complete	Re-Aktivtraining mit den Smovey	Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten	Alltagsstark statt altersschwach	Yoga und Atem	Faszientraining zur Entspannung	Aqua Fitness mit Aqua Stick	
<b>Referenten</b>	Christian Roch	Max Dotzki/Samuel Lehmann	Sebastian Lenk	Carolin Fahr	Fabian Saalbach	Sandro Kubitz	Sascha Balcerowski	Monique König	Daniela Bleyl	Thomas Kugler	Adrian Friedrich	Michael Helbing	Nora Ursinus	Kerstin Lang	Anne-Kathrin Hundertmarck	
Sonntag, 9.9. 09.00 - 10.00 Uhr 003 Referat: Trends erkennen - Trends nutzen - Trends beeinflussen, Adrian Friedrich																
Workshop-Nummer	121	122	123	124	216	217	218	326	327	328	329	330	411	412	506	
<b>10.30-12.00 Uhr</b>	Trends erkennen, Trends nutzen, Trends beeinflussen	1. SV Pößneck...aus drei mach Eins -Erfolgreicher Weg eines Zusammenschlusses	Die EU -Datenschutzgrundverordnung	Fit für die Vielfalt - ein Einstieg	Faszination Kinderhandball	Kooperationsspiele	Spielerische Schulung der Grundlagen-ausdauer	Langhanteltraining - mit der Langhantel zu mehr Power	Outdoor Fitness Training	Verbesserung der Beweglichkeit durch tänzerische Elemente	Funktionelle Gymnastik	Kettlebells	Achtsamkeitsbasierte Stressbewältigung	Eutonie	Aqua Circel	
<b>Referenten</b>	Adrian Friedrich	Helmut Herrmann	Anke Schiller-Mönch	Julia Jochen/Benjamin Lanzki	Ruben Arnold	Nadine Kuhn	Jörg Eisenacher	Kristin Mühlberg	Anne-Kathrin Hundertmarck	Laura Friedrich	Matthias Riedel	Sascha Pospischil	Elke Elling	Karina Menz	Sandro Kubitz	