



BSPA WIEN FORTBILDUNGS-AKADEMIE

LEISTUNGSDIAGNOSTIK KRAFT- & AUSDAUERTESTS EINE KRITISCHE ANALYSE



31.08.19

BSPA WIEN
AUF DER SCHMELZ 6
1150 WIEN
09-14 UHR

PROF. DR. KLAUS WIRTH

Sportwissenschaftler
Experte Krafttraining und Diagnostik
Fachhochschule Wiener Neustadt

ANMELDUNG UND INFORMATION:
WWW.BSPA-FORTBILDUNGS-AKADEMIE.AT
KOSTEN: € 97



INHALT UND PROGRAMM:

Kraft- und Ausdauer Tests sind im Jahresplan der Spitzensportler fix verankert. Mit dem Wissen um die aktuelle Leistungsfähigkeit werden Entwicklungen bewertet, Trainingspläne geschrieben und Prognosen abgegeben, wie gut die Athleten bei den nächsten Events abschneiden. Damit hört sich dieses Tool der Sportwissenschaft doch sehr vielversprechend an oder? Noch dazu bietet die breite Auswahl an Testverfahren für beinahe jede Sportart und Anwendung eine individuelle Lösung. Selbst für den Breitensport finden sich daher kostengünstige leistungsdiagnostische Testverfahren.

Zu schön um wahr zu sein?! Das ist es vielleicht auch!

Diese Fortbildung soll sowohl einen Einblick in die Möglichkeiten der Leistungsdiagnostik geben, als auch die Grenzen unterschiedlicher diagnostischer Maßnahmen aufzeigen. Es wird thematisiert, in welchem Rahmen erhobene Leistungsdaten hilfreiche Zusatzinformationen liefern können und in welchen Situationen diese keinen nennenswerten Wissensgewinn liefern. Des Weiteren sollen anhand ausgewählter Beispiele Probleme bei der Interpretation diagnostischer Daten verdeutlicht werden. Diese Fortbildung soll dabei helfen Leistungsdaten auf ihre Aussagekraft hin zu überprüfen, um darauf aufbauend leistungsdiagnostische Maßnahmen besser planen zu können.

WARUM solltest du diesen Kurs besuchen?

- Um keine Zeit und Kosten für unnütze Leistungstests zu verschwenden
- Um um die Vor- und Nachteile gängiger Testverfahren bescheid zu wissen
- Um in Zukunft noch effektiver dein Training steuern zu können
- Um deine Sportler nicht mit sinnlosen Testverfahren zu ermüden
- Um Auswertungen von Instituten richtig bewerten zu können

WER sollte diesen Kurs besuchen?

- Sportwissenschaftler
- Athletiktrainer
- Mannschaftstrainer jeglicher Sportarten
- Nachwuchsbetreuer im Spitzensportbereich
- Trainer in Sportarten mit starker Fokussierung auf einzelne konditionelle Fähigkeiten (Ausdauer Rad, Laufen, Schwimmen, Powerlifting, ...)



Prof. Dr. Klaus Wirth

Masterlehrgang Training und Sport, FH Wiener Neustadt



Prof. Dr. Klaus Wirth leistet seit Jahren großartige Arbeit im Bereich Trainingswissenschaft und Lehre. Früher an der Universität Frankfurt tätig, arbeitet der Sportwissenschaftler aktuell an der Fachhochschule in Wiener Neustadt im Masterlehrgang "Training & Sport".

Langjährige Erfahrung im Training mit Nachwuchsleistungssportlern, besonders in den Bereichen Kraft- und Schnelligkeitsentwicklung, ergeben neben erheblichen Fachwissen auch eine große Portion Praxiserfahrung.

FORSCHUNG:

Keiner, M., Sander, A., Wirth, K., Schmidtbleicher, D. (2013). *Einfluss eines 2-jährigen Krafttrainings auf schnellkräftige Leistungen im Nachwuchsleistungssport Fußball*. *Leistungssport*, 43 (5), S.23-29.

Sander, A., Keiner, M., Wirth, K., Schmidtbleicher, D. (2012). *Leistungsfähigkeit jugendlicher Fußballer im Nachwuchsleistungssport*. *Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin und Sporttraumatologie*, 60 (3), S.112-115.

Sander, A., Keiner, M., Wirth, K., Schmidtbleicher, D. (2012). *Entwicklung von Sprintleistungen durch ein Krafttraining im Nachwuchsleistungssport Fußball*. *Spectrum der Sportwissenschaften*, 24 (2), S.28-46.

Wirth, K., Sander, A., Keiner, M., Schmidtbleicher, D. (2012). *Leistungsfähigkeit im Dehnungs-Verkürzungs-Zyklus sportlich aktiver und inaktiver Kinder und Jugendlicher*, *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 62 (11), S.345-350.

Wirth, K. (2011). *Training der konditionellen Fähigkeit Kraft - Teil 8: Krafttraining im Kindes- und Jugendalter*. *Tischtennislehre 02-2011*, S.20-25.

...

MEHR INFORMATIONEN HIER:



<http://www.fhwn.ac.at/Studium/Sport/Bachelor/Training-und-Sport/Publikationen/publikationen-priv-doz-dr-klaus-wirth>



BSPA WIEN FORTBILDUNGS-AKADEMIE

ZIELGRUPPE UND LEVEL:

Trainer, Instruktoeren, Sportwissenschaftler, Nachwuchsbetreuer- und Trainer, Trainer in Sportarten mit starker Fokussierung auf einzelne konditionelle Fähigkeiten (Ausdauer Rad, Laufen, Schwimmen, Powerlifting, ...)

VORTRAGSSPRACHE/ PRESENTATION LANGUAGE:

Deutsch/German

TERMIN UND DAUER:

Samstag, 31.08.19 | 09:00 - 14:00 Uhr

ORT:

Fortbildungsakademie BSPA Wien
Auf der Schmelz 6,
1150 Wien

PREIS:

Nur € 97

>> ZU DEN TICKETS! <<

<https://bit.ly/2L0qAd7>



PLÄTZE:

Mindestens 20

Wir behalten uns das Recht vor die Veranstaltung abzusagen, wenn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird.





BSPA WIEN FORTBILDUNGSAKADEMIE

PARKPLATZINFORMATION UND ANREISE:



ANREISE MIT DEM AUTO:

Beim Institutsgebäude stehen nur sehr wenige Kundenparkplätze zur Verfügung, bitte die notwendige Zeit für Parkplatzsuche der Anreisezeit hinzuzählen. An Wochentagen gilt die Kurzparkzone.

ANREISE MIT ÖFFENTLICHEN VERKEHRSMITTELN:

Entweder U3 Station Johnstraße und kurzer Fußweg (5min) oder mit dem 10A direkt bei „auf der Schmelz“ aussteigen.

KONTAKT:

Website

WWW.BSPA-FORTBILDUNGSAKADEMIE.AT

Mail

OFFICE.FBAK@BSPA.AT