

Halle 1

08:30 – 09:45 Uhr

Animal Moves Playground
move - train - play

Alex Fischer

10:00 – 11:15 Uhr

Rotational Rehab
Gesunde Gelenke durch Rotation...

Benni Heizmann

11:30 – 12:45 Uhr

Funktionelles Faszientraining
Athletic Yoga Moves

Andrea Szodurch

Halle 2

08:30 – 09:45 Uhr

Elastic Resistance Training
Am Widerstand lernen & wachsen

Felix Bauer

10:00 – 11:15 Uhr

Neurokinetic Therapy®
Breathing Pattern

Daniel Müller

11:30 – 12:45 Uhr

Neurokinetic Therapy®
Movement Assessment

Daniel Müller

Halle 3

08:30 – 09:45 Uhr

Kettlebell
Swing | die Mutter aller Übungen

Robert Rimoczi

10:00 – 11:15 Uhr

Functional Woman
Effiziente Mini Workouts

Sarah Kopp

11:30 – 12:45 Uhr

Kettlebell Gruppentraining
Sicher und effektiv Gruppen anleiten

Robert Rimoczi

Halle 4



08:30 – 09:45 Uhr

PT Wissen Kompakt:
Wie werde ich zum Experten?

Florian Münch



10:00 – 11:15 Uhr

FMS® Movement System
Movement Screen

Frank Thömmes



11:30 – 12:45 Uhr

PT Wissen Kompakt:
Erfolgsmarketing & Verkauf im PT

Florian Münch

Halle 5

08:30 – 09:45 Uhr

TRX
CORE Training

Frank Thömmes

10:00 – 11:15 Uhr

HIIT
Intervalle für Alle

Felix Bauer

11:30 – 12:45 Uhr

Bodyweight
Flow

Felix Bauer

Tickets: www.evolve-kongress.de

Mittagspause // Lunchbreak 12:45 Uhr -13:45 Uhr



= Vortrag

13:45 – 15:00 Uhr

Mobility Drills
Intensität & Qualität

Benni Heizmann

15:15 – 16:30 Uhr

Animal Moves
Intensiv

Alex Fischer

16:45 – 18:00 Uhr

Athletic Training im Ballsport
Prävention und Leistungssteigerung

Felix Bauer

13:45 – 15:00 Uhr

Functional Training im Reha /
Seniorenport

Frank Thömmes

15:15 – 16:30 Uhr

Die bewegliche
und starke Schulter

Benni Heizmann

16:45 – 18:00 Uhr

Myofascial Athletic Yoga: Lange
myofascial Release Techniken

Andrea Szodurch

13:45 – 15:00 Uhr

Neurokinetic Therapy®
Beinachsenstabilität Assessment &

Daniel Müller

15:15 – 16:30 Uhr

Dynamaxx® Medball Workout

Frank Thömmes

16:45 – 18:00 Uhr

Langhantel Power Training
Explosivität und Technik

Alex Fischer



13:45 – 15:00 Uhr

PT Wissen Kompakt:
Methodik im FT

Florian Münch



15:15 – 16:30 Uhr

Die Wahrheit über funktionelle Kraft
Assessment und Corrections

Robert Rimoczi

16:45 – 18:00 Uhr

Modernes CORE Training
Organic Health

Frank Thömmes

evolve

23. Februar 2019

Änderungen vorbehalten

Location

Ensisheimerstr.5
79110 Freiburg

