

	Hot Spot	SMHS Arena
08:00		
08:15		
08:30		
08:45		
09:00		
09:15		
09:30	SMHS INSIGHTS ComputerMyoGrafie – „der funktionelle Blick in den Körper“ Prof. Dr. Heiko Wagner	SMHS INSIGHTS Mindfulness & Self-Compassion for Athletes Hanna Tempelhagen
09:45		
10:00		
10:15	SMHS INSIGHTS Stoffwechseltraining gegen Adipositas und Sarkopenie Lukas Leibfried	WORKSHOP Gewaltfreie Kommunikation und Yoga YOGAHILFT
10:30		
10:45		
11:00	SMHS INSIGHTS Mobilitätstraining & myofasziale Strukturen des Rückens und der Extremitäten Dr. Gunda Slomka	WORKSHOP Bindung und Yoga YOGAHILFT
11:15		
11:30		
11:45	MASTERCLASS Training im Einklang mit dem Menstruationszyklus. Gesünder und leistungsfähiger?	WORKSHOP YOGAHILFT im Stehen. Come as you are. Yoga für alle e.V.
12:00		
12:15		
12:30		WORKSHOP Mobility Routine Dr. Gunda Slomka
12:45		
13:00		
13:15		WORKSHOP Tensegrales Core-Training* Heike Oellerich, Lena Schönteich
13:30		
13:45	SMHS INSIGHTS Immunsystem* Katrin Kleinesper	PARTNER Betriebliche Gesundheitsförderung neu gedacht VIACTIV
14:00		
14:15		
14:30	SMHS INSIGHTS Leistungssport und Persönlichkeit Dr. Christian Spreckels	WORKSHOP YOGAHILFT im Stehen. Come as you are. Yoga für alle e.V.
14:45		
15:00		
15:15	SMHS INSIGHTS SMHS meets Moving Monkey: Der wichtigste Teil einer erfolgreichen Schmerztherapie (90 % beachten ihn nicht) Leon Staeger	SMHS INSIGHTS Sportliche Mobilität auf Rollen Hamburger Inline Skating-Schule e.V.
15:30		
15:45		
16:00		
16:15		SMHS INSIGHTS Entzündungshemmende Ernährung* Katrin Kleinesper
16:30	SMHS INSIGHTS Neuroathletik* David Hillmer	
16:45		
17:00		SMHS INSIGHTS Bildung braucht Bewegung Regina Haß
17:15	SMHS INSIGHTS Psychische Gesundheit im Leistungssport Martin Amedick	
17:30		
17:45		SMHS INSIGHTS Omega 3* Katrin Kleinesper
18:00	SMHS INSIGHTS Biomechanische Analysen sportmotorischer Leistung Marvin Zedler	
18:15		
18:30		
18:45		
19:00		

*Mit freundlicher Unterstützung des Verbandes für Turnen und Freizeit e.V. (VTF)

	Saal 4	Saal 3
08:00		
08:15	SYMPOSIUM	
08:30	Die Rolle von Sport und Bewegung für die kindliche Entwicklung	
08:45		
09:00		
09:15		
09:30		
09:45		
10:00		
10:15		Eröffnungsveranstaltung SMHS 2023
10:30		
10:45		
11:00		
11:15		
11:30		
11:45	SYMPOSIUM Interventionen zur Bewegungsförderung in der Grundschule	PODIUMSDISKUSSION Olympische Spiele in Deutschland: Wie gelingt das nachhaltig erfolgreich?
12:00		
12:15		
12:30		
12:45		
13:00		
13:15		
13:30		
13:45	KEYNOTE Bewegungsförderung für Personen mit chronischen Mehrfacherkrankungen Dr. Simone Schweda	Preisverleihung SMHS SMASH Challenge
14:00		PODIUMSDISKUSSION Bildung braucht Bewegung: wie fördern wir nachhaltig Bewegung
14:15		
14:30		
14:45		
15:00		
15:15		
15:30		
15:45	KEYNOTE COVID-19 im Leistungssport, Prof. Dr. Andreas Nieß	
16:00		
16:15	KEYNOTE Untere Rückenschmerzen und Sport, Prof. Dr. Frank Mayer	
16:30		
16:45		
17:00		
17:15		
17:30		
17:45		PODIUMSDISKUSSION Frauen im Leistungssport. GenderDataGap und ihre Folgen: Was sich ändern muss!
18:00	PODIUMSDISKUSSION Trainer: Freund oder Feind vom Talent?	
18:15		
18:30		
18:45		
19:00		

SPORT-EVENTS

YOGAHILFT
Early Bird Yogasession
Wann: 07:15 - 07:45 Uhr
Wo: Dachgarten

HYROX Workout
Wann: 12:00 - 12:30 Uhr
17:00 - 17:30 Uhr
Wo: HYROX Area

Cool Runnings:
Bob im hohen Norden
Wann: 11:00 - 11:30 Uhr
17:15 - 17:45 Uhr
Wo: SMHS-Bobbahn

SMHS meets Pure Performance:
Kognitives Sportartübergreifendes Schnelligkeitstraining
Wann: 12:45 - 13:30 Uhr
Wo: Speedcourt

„Voy!“
No Look Fußball nach Gehör.
Wann: 14:00 - 14:45 Uhr
Wo: SMHS-Sportplatz

Kickbike
Wann: 16:00 - 16:30 Uhr
Wo: Vorplatz CCH

YOGAHILFT
Abendstille Yogasession
Wann: 18:00 - 18:30 Uhr
Wo: Dachgarten

Lauf- und Ganganalyse
Wann: ganztägig
Wo: SMHS-Laufbahn (Humotion)

SMHS INSIGHTS

09:30 - 10:00 Uhr | SMHS Arena

Mindfulness & Self-Compassion for Athletes – competences to master obstacles in training & competition?

Hanna Tempelhagen, The Mindful Spaces GmbH

14:30 - 15:00 Uhr | Hot Spot

Leistungssport und Persönlichkeit

Dr. Christian Spreckels, Sportpsychologe, Universität Hamburg

15:15 - 16:15 Uhr | Hot Spot

SMHS meets Moving Monkey: Der wichtigste Teil einer erfolgreichen Schmerztherapie (90% beachten ihn nicht)

Leon Staeger, Physiotherapeut, Autor und Gründer von Moving Monkey®

16:30 - 17:00 Uhr | Hot Spot

Neuroathletik*

David Hillmer, Brain Based Movement

17:00 - 17:30 Uhr | SMHS Arena

Bildung braucht Bewegung

Regina Haß, Referatsleitung Bewegung und Sport des Lehrerfortbildungsinstitutes (LI)

17:15 - 17:45 Uhr | Hot Spot

Psychische Gesundheit im Leistungssport

Martin Amedick, Ehemaliger Fußballprofi

17:45 - 18:15 Uhr | SMHS Arena

Omega 3*

Katrin Kleinesper, Oecotrophologin

* Mit freundlicher Unterstützung des Verbandes für Turnen und Freizeit e.V. (VTF)

MASTERCLASS

11:45 - 12:30 Uhr | Hot Spot

Training im Einklang mit dem Menstruationszyklus. Gesünder und leistungsfähiger?

- Prof. Dr. Petra Platen, Sportmedizinerin und ehem. Handballnationalspieler, Ruhr-Universität Bochum
- Stephanie Platt, ehemalige Leistungssportlerin, Gründerin von FIERCE RUN FORCE (FRF) e.V.
- Dr. Claudia Römer, Sportmedizinerin, Charité Berlin

PODIUMSDISKUSSION

11:30 - 13:00 Uhr | Saal 3

Olympische Spiele in Deutschland: Wie gelingt das nachhaltig erfolgreich?

Moderation: Juliane Möcklinghoff, Moderatorin, Filmemacherin und Coach

- Staatssekretärin Juliane Seifert, Bundesministerium des Innern und für Sport
- Prof. Dr. Holger Preuß, Mitglied der IOC-Kommission „Legacy and Sustainability“, Universität Mainz
- Prof. Dr. Bernd Wolfarth, Leitender Olympiamedizin, Charité – Universitätsmedizin Berlin

14:15 - 15:15 Uhr | Saal 3

Gesundheits- und Bewegungsförderung im Kindes- und Jugendalter: Welchen Beitrag leistet die Schule?

Moderation: Juliane Möcklinghoff, Moderatorin, Filmemacherin und Coach

- Prof. Dr. Susi Kriemler, Präsidentin der Gesellschaft für Pädiatrische Sportmedizin (GPS), Universität Zürich
- Michael Fahlenbock, Präsident Deutscher Sportlehrerverband (DSL) e.V.
- Prof. Dr. Erin Gerlach, Sektionssprecher des Sportpädagogik, Universität Hamburg
- Johannes Bitter, Profihandballer Handball Sportverein Hamburg, Mitgründer von drinkbetter
- Henning Lüssow, Behörde für Schule und Berufsbildung, Fachreferat Sport

17:30 - 19:00 Uhr | Saal 3

Frauen im Leistungssport: GenderDataGap und ihre Folgen: Was sich ändern muss!

Moderation: Juliane Möcklinghoff, Moderatorin, Filmemacherin und Coach

- Prof. Dr. Anja Hirschmüller, leitende Ärztin Leistungssport des Deutschen Behindertensportverbandes, Altius Swiss Sportmed Center
- Edina Müller, mehrfache Paralympics Goldmedaillen Gewinnerin (Kanu & Rollstuhlbasketball) und Sporttherapeutin
- Prof. Dr. Bernd Wolfarth, Leitender Olympiamedizin, Charité – Universitätsmedizin Berlin
- Andrea Schumacher, Direktorin des Bundesinstituts für Sportwissenschaft

17:45 - 19:15 Uhr | Saal 4

Trainer: Freund oder Feind vom Talent?

Chair: Boris Capla, BESTFIT Company, ehemaliger Eishockey-Profi und ehemaliger Geschäftsführer der Freezers

- Alexander Barta, ehemaliger Eishockey-Nationalspieler
- Björn Schierenbeck, Leiter NLZ Werder Bremen
- Dr. Michael Angermann, Trainer und Wissenschaftler am Schigymnasium Stams, ÖSV – Nordische Kombination

KEYNOTE

13:45 - 14:30 Uhr | Saal 4

Bewegungsförderung für Personen mit chronischen Mehrfacherkrankungen im Kontext der Gesundheitsversorgung

Dr. Simone Schweda, Universitätsklinikum Tübingen

15:45 - 16:30 Uhr | Saal 4

COVID-19 im Leistungssport

Prof. Dr. Andreas Nieß, Universitätsklinikum Tübingen

16:30 - 17:15 Uhr | Saal 4

Untere Rückenschmerzen und Sport

Prof. Dr. Frank Mayer, Universität Potsdam

SYMPOSIUM

8:00-9:00 Uhr | Saal 4

Die Rolle von Sport und Bewegung für die kindliche Entwicklung

Chair: Prof. Dr. Renate Oberhoffer-Fritz, Technische Universität München

- Prof. Dr. Christine Joisten, Deutsche Sporthochschule Köln
- Prof. Dr. Christine Joisten, Deutsche Sporthochschule Köln
- PD Dr. Jan Müller, Technische Universität München
- Dr. Karsten Königstein Universität Basel

11:30 - 13:00 Uhr | Saal 4

Interventionen zur Bewegungsförderung in der Grundschule

Chair: Dr. Wiebke Langer, Universität Hamburg

- Dr. Stefanie Witt, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
- PD Dr. Susanne Kobel, Uniklinikum Ulm
- Lina Lux, Universität Augsburg

9:45-10:45 Uhr | Saal 3

Eröffnungsveranstaltung SMHS 2023

Moderation: Dr. Nils Schumacher, COO und Kongresssekretär, SMHS

Gäste:

- Prof. Dr. Claus Reinsberger, Kongresspräsident SMHS 2023, Universität Paderborn
 - Prof. Dr. Jürgen Steinacker, Chair European Initiative for Exercise in Medicine (EIEIM), Universitätsklinikum Ulm
 - Prof. Dr. Bernd Wolfarth, Leitender Olympiamedizin, Charité – Universitätsmedizin Berlin
- Showact: Lucas Fischer, Sänger und Tänzer, ehemaliger Schweizer Kunstturner und Vize-Europameister am Barren

13:45-14:15 Uhr | Saal 3

Preisverleihung SMASH Challenge

Moderation: Juliane Möcklinghoff, Moderatorin, Filmemacherin und Coach

Laudatio:

- Timo Bracht, Laureus Sport for Good Botschafter und mehrfacher Ironman-Sieger
- Johannes Bitter, Profihandballer Handball Sportverein Hamburg, Mitgründer von drinkbetter