

VEREINSTRAINER- UND ELTERN TAG SKILANGLAUF 2026



Sei dabei, wenn sich am **04. Juli am IAT in Leipzig** die Skilanglauf-Community trifft – zum Austauschen, Vernetzen und Weiterdenken!

Willkommen sind alle Trainerinnen und Trainer, Betreuer, Eltern, Sportlerinnen und Sportler sowie alle, die sich für den Skilanglauf begeistern!

Freut euch auf spannende Einblicke in aktuelle Entwicklungen des Nachwuchsleistungssports und den Austausch mit Expertinnen und Experten aus Praxis und Wissenschaft. Gemeinsam wollen wir Ideen diskutieren, Erfahrungen teilen und Impulse für die tägliche Trainingsarbeit mitnehmen.

Die Teilnahme ist kostenlos und die Anmeldung erfolgt über den nachfolgenden Link:

<https://forms.cloud.microsoft/e/w90Ct2LU2x>

Kommt vorbei, bringt eure Fragen und Ideen mit – wir freuen uns auf einen offenen Austausch und spannende Impulse!



Institut für angewandte
Trainingswissenschaft
Marschnerstr. 29
04109 Leipzig

PROGRAMM

Begrüßung

09.30 – 09.40 *P. Schlickenrieder, S. Popp*

Impuls: Karrierewege im Skilanglauf

09.40– 10.30 *A.-M. Dietze, P. Schlickenrieder*

Schnelligkeitstraining und Sprungkrafttraining

10.30 – 11.00 *F. Froberg, IAT Leichtathletik*

Basics Trainingsdatendokumentation und Einführung
IDA Light

11.00 – 11.30 *R. Fudel, B. Raupach*

Analyse der Sommerabforderungen und Rückschlüsse
für die Trainingspraxis

11.30 – 12.00 *B. Sterzing, S. Popp*

Mittagsessen und Austausch

Hausführung IAT (*ab 13.00 Uhr*)

Praxis-Workshops

13.45 – 16.00

*Schnelligkeitstraining, Prevention Plus,
Sprungkrafttraining*

Zusammenfassung und Verabschiedung

16.00 – 16.15 *P. Schlickenrieder*