Workshop Agenda

## Vor dem Workshop

### Transfer von Basiswissen per Vortrag oder Online

## Im Workshop

### Grundlagen in Theorie und Praxis

### Funktionale Atmung

### Simuliertes Höhentraining

### Alle Teilnehmer erhalten:

### Athlete Manual

### Tape

### Pulse Oxymeter

### T-Shirt

### Workshop Zertifikat.

## Nach dem Workshop

### Zugang zur OxygenAdvantage App und Einweisung

### Onlinemeeting zur Nachbetreuung