



TRAININGSWISSENSCHAFTLICHE WEIHNACHTSVORLESUNG 2025

ARNE GRESKOWIAK

Athletiktrainer · Coach · Speaker · Podcaster · Autor

„Bessermacher“ im Spitzensport

Seit mehr als 20 Jahren begleitet Arne Greskowiak Profis und Teams zu Welt- und Europameistertiteln, zu Olympischen Spielen oder durch die Saison. Er hat den Spiegel-Bestseller „Bessermacher“ geschrieben, hostet Podcasts und coacht Menschen, die ihr Leistungsniveau verbessern möchten.

In der Weihnachtsvorlesung teilt er sein Wissen, seine Erfahrungen und Erfolgsfaktoren mit uns. Ein Muss für Sportstudierende die ihre und zukünftig auch die Leistung und Gesundheit Anderer auf das nächste Level bringen möchten.



Foto: Basti Sevastos, DBB

**FREITAG, 05.12.2025
9.00 Uhr (st)
UPB, Hörsaal G**

Offen für Interessierte aller Fakultäten

TRAININGSWISSENSCHAFTLICHE WEIHNACHTSVORLESUNG 2025
mit **ARNE GRESKOWIAK**

Bessermacher im Spitzensport

ARNE GRESKOWIAK ...

... ist Athletiktrainer · Coach · Speaker · Podcaster · Autor.

Seit mehr als 20 Jahren begleitet er Profis und Teams im Spitzensport, zu Welt- und Europameistertiteln, zu Olympischen Spielen oder durch die Saison. Er hat den Spiegel-Bestseller „*Bessermacher*“ geschrieben, hostet Podcasts und coacht Menschen, die ihr Leistungsniveau optimieren möchten. In der Weihnachtsvorlesung teilt er sein Wissen, seine Erfahrungen und Erfolgs-faktoren mit uns. Ein Muss für Sportstudierende die ihre und zukünftig auch die Leistung und Gesundheit Anderer auf das nächste Level bringen möchten.



Foto: Christian Hedel

**FREITAG, 05.12.2025
9.00 Uhr (st)
UPB, Hörsaal G**

Offen für Interessierte aller Fakultäten