



VILNIAUS KULTŪRIZMO IR KŪNO RENGYBOS KLUBŲ SAJUNGA PRISTATO

XII TRENERIŲ SEMINARĄ

2017 m. gegužės 14 d.

Kviečiame seminare dalyvauti treniruoklių salės, aerobikos ir kūno rengybos trenerius ir kitus asmenis besidomintčius sportu bei sveikatingumu. Seminaras skirtas profesinių žinių tobulinimui ir sveikatinimo ugdymui.

9.30-10.00 val. – Seminaro dalyvių registracija

10.00-11.30 val.

Kelio traumos. Pratimų ir pagalbinių priemonių parinkimas



Tomas Vorobjovas

Gdytojas ortopedas traumatologas

11.45-13.15 val.

Fizinio pajėgumo sudedamųjų dalių testavimas



Remigijus Bimba

Asmeninis treneris

14.00-17.15 val.

Gilieji kūno raumenys, dubens dugno raumenys ir diafragma



Ramunė Komžienė

Kineziterapeutė ir asmeninė trenerė

17.15-17.30 val. – Seminaro aptarimas ir pažymėjimų įteikimas

*** Seminarui turėti kilimėlių, dėvėti patogią laisvalaikio aprangą ***

Sajungos nariams bus išduodama arba pratęsiamą trenerio licencija. Apie trenerio licenciją galima sužinoti www.kfsajunga.lt

Seminara organizuoja

Vilniaus kultūrizmo ir kūno rengybos klubų sąjunga (toliau – Sąjunga)

Seminaro vieta

Park Inn by Radisson Vilnius North Hotel
Ukmergės g. 363, LT-06327, Vilnius
<http://www.parkinn.com/hotel-vilnius>

Seminaro kaina

Sajungos, Lietuvos kultūrizmo ir kūno rengybos federacijos (toliau – Federacijos) nariams – 40 €, kitiems – 50 €

Seminaro registracija

Norintys dalyvauti seminare, prašome registruotis iki šių metų gegužės 8 d. el. p: rbimba@kfsajunga.lt. Jei dalyviai atstovauja Sąjungos ir Federacijos klubus, tai jų registraciją tvirtina klubo vadovas, atsisiųsdamas vieną paraišką nuo klubo. Dalyvių skaičius ribotas.

Dėl išsamesnės informacijos kreiptis į Remigijų Bimbą mob. tel: 8 610 23 144