



FitMax[®]
THE CHAMPIONS' CHOICE

Vilniaus kultūrizmo ir fitnio klubų sąjungos

„FITMAX“

SEMINARAS TRENERIAMS

Profesinių žinių tobulinimui ir sveikatinimo ugdymui!

2016 m. vasario 27 d.

„Park Inn by Radisson Vilnius North Hotel“
Ukmergės g. 363, Vilnius

Registracija iki 2016 m. vasario 20 d.

telefonu - 8 610 23 144., el. p. - rbimba@kfsajunga.lt

Kaina sąjungos nariams – 25 €, kitiems – 49 €.

Sąjungos nariams bus išduodama / pratęsiama

TRENERIO LICENCIJA!



Dalius
Barkauskas

Seminaro tema:
„Sveikos treniruotės koncepcija, korekcinų
pratimų parinkimas (peties sąnarys)“.
Teorinis ir praktinis užsiėmimas.

Lektorius – Dalius Barkauskas (g. 1965).
1991 m. baigė Tartu Universiteto, Medicinos fakulteto, sporto
medicinos skyrių. 1997-1998 m. studijavo manualinę mediciną
Pragoje, Čekija, 2011-2012 m. adatų terapiją JAV, bioreguliacinės
medicinos tarptautinis lektorius (vedė seminarus Pietų Afrikos
respublikoje, Izraelyje, Lenkijoje, Vokietijoje, Ukrainoje), domisi
fizinio krūvio poveikiu žmogaus sveikatai, judesio terapija. Šiuo metu
studijuoja endobiogeninę mediciną.

9.30 - 10.00 val.

Seminaro dalyvių registracija.

10.00 - 12.00 val.

Treniruotės plano sudarymas, testų parinkimas,
peties sąnario funkcija ir disfunkcija.

12.00 - 12.20 val.

Pietų pertrauka.

12.20 - 14.20 val.

Korekcinų pratimų parinkimas, jėgos krūvio ir
korekcinų metodikų derinimas, pratimų atlikimo
metodikos.

14.20-14.30 val.

Seminaro aptarimas ir pažymėjimų įteikimas.

Trenerių seminaro afiša, 2016-02-27