

**ILIUM(NATA)**

Sportinė ir laisvalaikio apranga

VILNIAUS  
KULTŪRIZMO IR KŪNO RENGYBOS  
KLUBŲ SAJUNGARemigijus Bimba Asmeninis Treneris  
www.rbimba.lt

VILNIAUS KULTŪRIZMO IR KŪNO RENGYBOS KLUBŲ SAJUNGA PRISTATO

**XVI TRENERIŲ SEMINARĄ****2018 m. rugsėjo 15 d.**

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

**8.30-9.00 val. – Seminaro dalyvių registracija****9.00-11.00 val.****Nugaros juosmeninės dalies skausmas****Tomas Vorobjovas***Gdytojas ortopedas traumatologas***11.10-13.10 val.****Kiek ir kaip maistas ir mityba gali mums padėti išlikti sveikiems ir darbingiems?****Prof. dr. Rimantas Stukas***VU Medicinos fakulteto studijų profesorius,  
Visuomenės sveikatos katedros vedėjas***14.00-16.00 val.****Balanso ir koordinacijos svarba žmogui. Pratimų ir pagalbinių priemonių parinkimas****Laura Valatkevičiūtė***Kineziterapeutė, asmeninė trenerė***16.00-16.15 val. – Seminaro aptarimas ir pažymėjimų įteikimas****\* Seminarui turėti kilimėlį, dėvėti patogią laisvalaikio aprangą \***

Sąjungos nariams bus išduodama arba pratęsiama trenerio licencija. Apie trenerio licenciją galima sužinoti [www.kfsajunga.lt](http://www.kfsajunga.lt)

**Seminarą 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**  
Užsiregistravus ir apmokėjus iki  
2018-09-10 – 50 €,  
užsiregistravusiems vėliau –  
60 €

**Seminaro registracija**

Norinčius dalyvauti seminare, **prašome registruotis iki šių metų rugsėjo 10 d.** el. p: [rbimba@kfsajunga.lt](mailto:rbimba@kfsajunga.lt).  
Dalyvių skaičius ribotas.

Išsamesnė informacija apie seminarą teikiama mob. tel.: 8 610 23 144 arba [rbimba@kfsajunga.lt](mailto:rbimba@kfsajunga.lt)