



VILNIAUS KULTŪRIZMO IR KŪNO RENGYBOS KLUBŲ SĄJUNGA PRISTATO

2017 m. vasario 25 d  
**XI „ILIUMINATA“  
TRENERIŲ SEMINARĄ**  
8.30-9.00 val. - registracija



9.00-10.00 val.

Asmeninio trenerio -  
sėkmės formulė

**Andrius Pauliukevičius**



10.10-12.15 val.

Kitoks požiūris į pagrindines ir  
papildomas taisykles,  
lavinant atramos judamąjį aparatą.

doc. habil. pr.  
**Pavelas Zachovajevs**



12.45-14.55 val.

Viršutinio ir apatinio kryžminio  
sindromo įvertinimas ir fizinio  
krūvio dozavimas.

**Vytautas Pilelis**

14.55-15.00 val. - seminaro aptarimas, pažymėjimų ir licencijų įteikimas.

**Seminaro vieta:**

Park Inn by Radisson Vilnius North Hotel Ukmergės g. 363, LT-06327, Vilnius

**Seminaro kaina:**

Sąjungos, Lietuvos kultūrizmo ir kūno rengybos federacijos nariams – 40 €, kitiems – 50 €.

**Seminaro registracija:**

Norinčius dalyvauti seminare, prašome registruotis iki šių metų vasario 20 d.  
el.p: [rbimba@kfsajunga.lt](mailto:rbimba@kfsajunga.lt). Jei dalyviai atstovauja Sąjungos ir Federacijos klubus, tai jų registraciją tvirtina klubo vadovas, atsiųsdamas vieną paraišką nuo klubo.  
Dalyvių skaičius ribotas. Dėl išsamesnės informacijos kreipkitės į Remigijų Bimbą mob. tel.: 8 610 23 144

Seminarui turėti vidutinio dydžio rankšluostį, dėvėti patogią laisvalaikio aprangą.  
Sąjungos nariams bus išduodama arba pratęsiama trenerio licencija.  
Apie trenerio licenciją galima sužinoti [www.kfsajunga.lt](http://www.kfsajunga.lt)

**HERO**  
Be a hero for yourself

**ILIUMINATA**  
Sportinė ir laisvalaikio apranga

**RBIMBA**  
Remigijus Bimba Asmeninis Treneris  
[www.rbimba.lt](http://www.rbimba.lt)