



VILNIAUS KULTŪRIZMO IR KŪNO RENGYBOS KLUBŲ
SAJUNGA PRISTATO

XIV TRENERIŲ SEMINARĄ

2018 m. vasario 4 d.

Kviečiame seminare dalyvauti treniruoklių salės, aerobikos ir kūno rengybos trenerius ir kitus asmenis besidominčius sportu bei sveikatingumu.



**Dalius
Barkauskas**

Sporto gydytojas

9.30-10.00 val. seminaro dalyvių registracija.

Seminaro tema: „Laikysenos svarba. Pagrindiniai sutrikimai ir jų įtaka sveikatai. Korekcinės galimybės.“ Teorinis ir praktinis užsiėmimas.

Bus dėstoma:

- ✓ laikysenos pakitimų priežastys, galima patologija, silpnosios grandies fenomenas;
- ✓ posturalinės kontrolės supratimas, viršutinis ir apatinis kryžminiai sindromai;
- ✓ prioritetinės zonos ir jų korekcija;
- ✓ profilaktinių pratimų parinkimas ir taikymas.

12.00-12.20 val. kavos pertrauka.

14.20-14.30 val. seminaro aptarimas ir pažymėjimų įteikimas.

*** Seminare dėvėti patogią laisvalaikio aprangą.***

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

Seminaro vieta

Green Park Hotel Vilnius
Ukmergės g. 363, LT-06327, Vilnius
www.greenhotels.lt/vilnius

Seminaro
kaina
80 €

Norinčius dalyvauti seminare,
**prašome registruotis iki šių metų
sausio 31 d.**
el. p. rbimba@kfsajunga.lt arba
tel. 8 610 23 144

