



Sestdien, 2018. gada. 13. oktobrī

AICINĀM PIEDALĪTIES KVALIFIKĀCIJAS CELŠANAS SEMINĀRĀ

DIVI TEORĒTISKI-PRAKTISKIE SEMINĀRI VIENĀ DIENĀ!!!

Norises laiks:

10:00- 18:00 (8 stundas)

Norises vieta: Rīga, Klubs F-1 Ziepniekkalns.

Adrese: Līvciema iela 46.

Transports: autobusi Nr 40, 46. troleibuss Nr 19, maršruta taksometrs 233.

Visi transporti līdz galapunktam.

Seminārus vadīs:

ANNA VOROŅINA (Krievija)

- Bioloģisko zinātņu kandidāte specializācijā “molekulārā ģenētika”
- TRX (ASV kompānijas) meistar-trenere un prezentiere
- TRIGGER POINT (miofasciālās tehnikas) nacionālā prezentiere
- Sertificēta neirokinezioloģijas (NKT) speciāliste
- Sertificēta neirostrukturālo integrācijas tehniku (NST) speciāliste

Programma:

“FUNKCIONĀLIE TESTI UN TO INTERPRETĀCIJA”

1. Daudz testi - tas nenozīmē informatīvi.
2. Pamatinformācija, kas ir svarīga trenerim.
3. Optimālais starta tests.
4. Testa tabula un darbs ar to.
5. Testēšanas rezultātu pielietošana vingrinājumu izvēlē.

“BKA (balsta un kustību aparāts) FUNKCIJU ATJAUNOŠANA VIDĒJĀ UN VECĀKĀ VECUMA GRUPĀS”

1. Fitnesa-industrijas demogrāfiskie viļņi un attīstības tendences.

2. Psiholoģija un ikdienišķās vajadzības cilvēkiem vecākajā vecuma grupā. Dzīves kvalitātes uzlabošana, aktīvā ilggadība.
3. Galvenie fiziskie parametri, kas ietekmē dzīves kvalitāti.
4. Galvenie fiziskie testi vecākā gada gājuma cilvēkiem.
5. Programmas pamata posmu analīze un BKA funkciju atjaunošanas un attīstīšanas vingrinājumu bibliotēka. Greja Kuka koncepts. Kustību līmeņu analīze.

Seminārs notiks krievu valodā, nepieciešamības gadījumā tiks nodrošināts tulkojums.

Dalības maksa seminārā:

Līdz 01.septembrim - EUR 125,-

Līdz 01.oktobrim - EUR 135,-

Semināra dienā - EUR 145,-

Vietu skaits ir ierobežots. Pasteidzies! Tikai 25 vietas.

Obligāta priekšapmaksa līdz 01.augustam EUR 70,- (neierašanās gadījumā netiek atgriezta)

LAA rekvizīti:

Latvijas Aerobikas Asociācija

Alekša iela 6-2, Rīga, LV-1005

Reģ. Nr. 40008022646

SWEDBANKA

Konts: LV32HABA000140J036303

Kods: HABALV22

Jautājumu gadījumā lūdzam sazināties:

Olga Klodāne- 29133605

Anna Gazovska- 29689899

Ieva Auzere-Podniece- 28630396

Uz tikšanos!

Ar cieņu,

LAA Valde.