



Vilniaus kultūrizmo ir fitnio klubų sąjungos
„BURNEIKASPORTS.LT“
SEMINARAS TRENERIAMS
Profesinių žinių tobulinimui ir sveikatinimo ugdymui!

2015 m. vasario 21 d.
„Park Inn by Radisson Vilnius North Hotel“
Ukmergės g. 363, Vilnius

Registracija iki 2015 m. vasario 15 d.
telefonu - 8 610 23 144., el. p. - rbimba@kfsajunga.lt
Kaina sąjungos nariams – 25 €, kitiems – 49 €.
Sąjungos nariams bus išduodama / pratęsiama
TRENERIO LICENCIJA!



Darius Paknys

9.30 - 10.00 val. Seminaro dalyvių registracija.

10.00 - 12.10 val. „Tikslinis treniravimas raumenų-skeleto sistemos korekcijai“. Teorinis ir praktinis užsiėmimas.

Lektorius – Darius Paknys. Fiziologas, kineziterapeutas, manualinės terapijos specialistas, sertifikuotas „Pilates“ metodo instruktorius, asmeninis treneris, mokomosios knygos „Stuburo stabilizavimo pratimai su terapiniais kamuoliais“ autorius. Sveikatingumo ir terapijos centro bei privataus kineziterapijos kabineto įkūrėjas. Turintis daugiau kaip 20 metų patirtį sveikatingumo ir terapijos srityje bei darbe su pacientais privačioje klinikoje.



Tomas Bardauskas

12.20 - 13.20 val. „Mitybos įtaka hormonų pusiausvyrai“

Lektorius – Tomas Bardauskas. LSMU Sporto instituto dėstytojas, judriųjų sporto šakų kuratorius. Maisto papildų įmonės UAB „EAS Baltic“ įkūrėjas ir vadovas. EAS „Body for Life“ programos atstovas Lietuvoje. Profesionalus teniso treneris. Sidnėjaus olimpinė žaidynių dalyvis (lengvoji atletika).

13.20 - 14.00 val. Pietų pertrauka.



Pavelas Zachovajevas

14.00-16.10 val. „Dubens dugno raumenys, funkciniai ryšiai, lavinimo ypatumai.“ Teorinis ir praktinis užsiėmimas.

Lektorius – Pavelas Zachovajevas. Biomedicinos mokslų daktaras, LSU taikomosios biologijos ir reabilitacijos katedros docentas, Lietuvos funkcinės medicinos ir taikomosios kineziologijos asociacijos generalinis sekretorius. Pedagoginis darbo stažas – 26 metai.



Bronius Burneika

16.20 - 17.20 val. „Asmeninio trenerio darbo ypatumai“

Lektorius – Bronius Burneika. Asmeninio trenerio darbo patirtis – 7 metai. Funkcinių treniruočių treneris, mitybos ir maisto papildų konsultantas, licencijuotas TRX treneris, seminarų treneriams ir sporto specialistams lektorius.

17.20 - 17.30 val. Seminaro aptarimas ir pažymėjimų įteikimas.