Автор: Administrator
04.08.2016 20:19 - Обновлено 22.07.2019 16:31

Семинар Бабыдова Евгения на тему "Реабилитационный фитнес при проблемах и заболеваниях суставов".

Дата: 24 ноября 2019

Место: Кутузовский пр-т, 36 стр. 51 Москва Студия Анатомия 2

Продолжительность: 11:00 - 18:00

Стоимость: 5000 рублей при супер ранней регистрации до 31 июля

5500 рублей до 17 ноября 2019, с 18 ноября по 22 ноября 2019 6500 рублей

Регистрация и оплата заканчиваются 22 ноября 2019 в 22 00.

В семинаре участвуют только те, кто предварительно зарегистрировался и оплатил!!!

Преподаватель: **Бабыдов Евгений, специалист по физической реабилитации, персональный тренер, автор научных публикаций по проблемам коррекции нарушений осанки и патента на изобретение "Способ коррекции осанки". Евгением разработана методика коррекции осанки у взрослых с помощью упражнений с отягощениями и стретчинга.**

Выпускной документ: сертификат тренинговой компании FITREHAB

Телефон для записи: +7 (915) 2219791

E mail: info@fitrehab.ru

Удобная онлайн регистрация и оплата:

https://fitrehab.timepad.ru/event/1025138/

. Вы должны уметь грамотно тренировать клиента с артритом, артрозом, а также на заверщающих этапах восстановления после травм, не усугубив состояние его суставов, а еще желательно и достигнув цели, которые он перед собой поставил. Как это сделать мы расскажем вам на нашем семинаре.

Программа семинара.

1)Основы анатомии крупных суставов (плечевой, локтевой, тазобедренный, коленный). Важность нейтрального выравнивания в суставах для профилактики травм и раннего износа суставного хряща.

2)Причины проблем и заболеваний суставов. Травма как причина проблем суставов.

3)Наиболее распространенные проблемы крупных суставов (плечевого, локтевого, тазобедренного, коленного)

4)Диагностика подвижности и стабильности суставов. Навык стабилизации сустава как основное звено профилактики травм суставов. Чем обеспечивается стабильность суставов.

5)Основы фитнес тренировки при артрозе, артрите, посттравматических изменениях в суставах. Подбор нагрузки по этапам восстановления, начиная от пассивной разработки и заканчивая тренировочным периодом, на котором применяется максимально широкий спектр средств фитнес центра (упражнения с отягощениями, стретчинг, аэробные тренировки, пилатес, лфк, стабилизационный и функциональный тренинг).