

Brimich Promotion Agency
&
Prvá nutričná spoločnosť, s.r.o

**organizujú workshop pre osobných trénerov fitness a
výživových poradcov**

VÝŽIVOVÉ PORADENSTVO A ŠPORTOVÁ VÝŽIVA

Termín workshopu : 21 . február 2015 , sobota

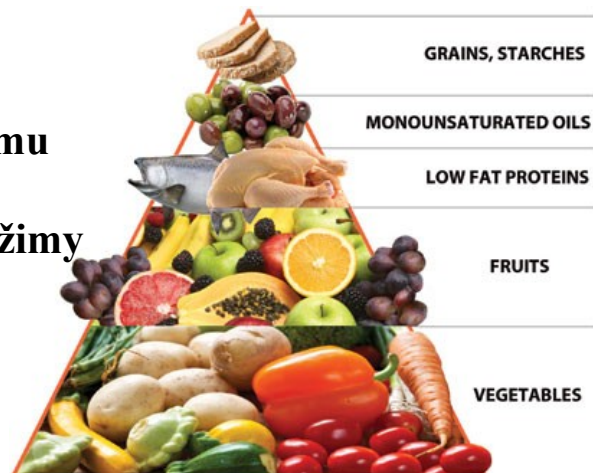
**Miesto : Wellfit Club , Fazuľová 7 , Bratislava
(budova spoločnosti DELL)**

Zraz účastníkov – 8,00 v budove DELL , Fazuľová 7

Predpokladané ukončenie – 21. február , sobota , 19,00 hod

Tematický obsah workshopu :

- 1, vplyv výživy na zdravotný stav , fyziológia trávenia**
- 2, makroživiny a mikroživiny**
- 3, základy metabolizmu**
- 4, potravinová pyramída**
- 5, detoxikácia a intoxikácia organizmu**
- 6, problémy obezity**
- 7, racionálna výživa , stravovacie režimy**
- 8, stravovací plán , skladba**
- 9, alternatívne výživové smery**
- 10, voda a pitný režim**
- 11, športová výživa**
- 12, výživový eklekt**
- 13, antidopingová regulácia v športe , zakázané látky**
- 14, základy prvej pomoci**
- 15, výživové odporúčania v chorobe**



Lektori workshopu :

PaedDr. Róbert Brimich – odborný garant workshopu , výživový expert

MUDr. Peter Minárik – dietológ , mediálny výživový poradca

Bc. František Albert – expert pre fitness výživu

Mgr. Matúš Albert – expert pre fitness výživu

MUDr. Ľubomír Gulán – antidopingová agentúra

Ing. Veronika Hanáková – dietológ , biochemik a patofyziológ



Počet účastníkov workshopu je limitovaný!!!

Pre akékoľvek informácie neváhajte volať – 0905 316622

TEŠÍME SA NA VAŠU ÚČASŤ