

Slovenská asociácia jogy, fitness, aerobiku a kondičných trénerov – akreditované vzdelávacie zariadenie a



Mozolani The Fitness Authority

poriadajú akreditovaný kurz

OSOBNÝ KONDIČNÝ TRÉNER FITNESS – BASIC & NUTRIČNÝ KOUČ



Chceš sa stať **CERTIFIKOVANÝM** osobným trénerom vo fitku? Chceš byť kvalitným nutričným koučom? Chceš sa naučiť zostaviť ten správny tréningový a stravovací režim pre svojho klienta? Chceš sa oboznámiť s najnovšími praktickými tréningovými postupmi? Chceš sa naučiť komunikovať so zahraničným klientom v anglickom jazyku?

Forma kurzu :

prezenčná forma a podľa potreby možná aj dištančná (online) forma, záverečná práca, testy.

Obsah kurzu :

- **Osobnosť a pozícia osobného trénera**
- **Nutričný koučing - Špecifiká výživy vo fitness**
- **Metodika tvorby jedálničky pre klienta**
- **Regulácia príjmu potravy**
- **Poruchy príjmu potravy**
- **Seniori vo fitness svete**
- **Fenomén fitness prizmaticky**
- **Anatómia a fyziológia telesných cvičení**
- **Body Job Signature -originálna metodika v práci osobného trénera**
- **Eklekfit a BMEE systém – novinky vo svete fitness**
- **Základy anglickej komunikácie vo fitness**
- **Praktické ukážky cvičení a práce s klientom**
- **Úloha fyzioterapeuta vo fitness**

Garanti kurzu :

Dr. Róbert Brimich, tréner majstrov sveta, hlavný školiteľ fitness, prezident Slovenskej asociácie jogy, fitness, aerobiku a kondičných trénerov a rozhodca Mr. Olympia

Andrej Mozoláni, diplomovaný tréner pre kulturistiku a fitness, absolvent FTVŠ-UK v Bratislave, Majster sveta a Európy v kulturistike, účastník MR. OLYMPIA

Lektorát:

Doc. Jaroslav Jedlička, MUDr. Martin Pevný, Mgr. Lucia Dratvová

Termín kurzu :

10. – 11. máj 2025 a 17. – 18. máj 2025 (prednášky, štúdium, prax a testy)

Miesto kurzu:

MOZOLANI FITNESS ZOC Max Žilina, Prielohy 979/10, 010 07 Žilina

Zraz účastníkov:

9.00 hod. v sobotu, 10. mája 2025, MOZOLANI FITNESS ZOC Max Žilina

Cena kurzu:

465€

Úspešní absolventi kurzu (po absolvovaní záverečných testov) obdržia akreditovaný certifikát, ktorý im dá mandát pre zápis do registra fyzických osôb v športe na MŠVVaM. Na základe zápisu v registri môžu získať predmetné živnostenské oprávnenie. Bonusom pre absolventov kurzu je priama účasť na krste knihy - ***Telo v hlave*** s podtitulom ***Prvý fitness almanach*** autora Róberta Brimicha.

Svoj záujem, prihlášku pošlite na:

brimich@brimich.sk alebo nutrition@mozolani.com

alebo volajte na: +421 905 316 622

Termín posielania prihlášok do 5. mája 2025. Nezabudnite uviesť mobilný kontakt kvôli zaslaniu špecifických údajov ku kurzu.

Nezabudnite, že počet účastníkov je limitovaný!!!

Andrej a Robo sa tešia na spoluprácu

