

Семинар "Реабилитационный фитнес при нарушениях осанки".

Автор: Administrator

26.11.2015 20:40 - Обновлено 21.07.2019 21:28

В Москве в рамках обучающей компании "FITREHAB" Бабыдова Евгения пройдет семинар "Реабилитационный фитнес при нарушениях осанки".

□ **Дата проведения: 29 сентября 2019 с 11 00 до 19 00**

Стоимость:

5000 рублей при супер ранней оплате для самых организованных до 31 июля

5500 рублей до 22 сентября 2019, с 16 сентября по 20 сентября 2019 6500 рублей.

Регистрация и оплата заканчиваются 20 сентября 2019 в 22 00. В семинаре участвуют только те, кто **ПРЕДВАРИТЕЛЬНО** зарегистрировался и оплатил!!!

Телефон для записи: □ +7 (915) 2219791

Семинар "Реабилитационный фитнес при нарушениях осанки".

Автор: Administrator

26.11.2015 20:40 - Обновлено 21.07.2019 21:28

Удобная онлайн регистрация и оплата:

<https://fitrehab.timepad.ru/event/1025131/>

E mail: info@fitrehab.ru

Место проведения: [Кутузовский пр-т, 36 стр. 51 Москва, студия Анатомия 2](#)

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.](#)

Важно: семинар пройдет на новой площадке, а именно на базе студии персонального тренинга "Анатомия 2". Теперь вы можете учиться в комфортных условиях, а также отрабатывать практику непосредственно в условиях студии персонального тренинга!!!!

Для кого этот курс Спортивных врачей, персональных тренеров, инструкторов фитнеса, выпускников ВУЗов физической культуры, а также остеопатов, мануальных терапевтов, массажистов, реабилитологов и других специалистов, занимающихся диагностикой и лечением заболеваний опорно-двигательного аппарата.

Программа семинара:: 1)ОДА. Скелет и конечности. Позвоночник как пассивная часть ОДА. Строение позвоночника. Изгибы позвоночного столба. Влияние изменение изгибов позвоночника на возникновение таких проблем, как: остеохондроз, протрузии, грыжи межпозвонковых дисков. Мышцы как активная часть ОДА. Дисбаланс мышечной тяги как основной механизм нарушений осанки.

2)Осанка.

Понятие рациональной осанки. Критерии рациональной осанки в саггитальной и фронтальной плоскостях. Равномерность мышечной тяги как фактор, обеспечивающий рациональную осанку.

Понятие нарушения осанки.

Краткая характеристика видов нарушения осанки.

Диагностика видов нарушений осанки. Визуальная диагностика осанки. Диагностика осанки с помощью специального программного обеспечения для планшетов Ipad.

Взаимодействие тренера с врачом и какая информация нужна от врача.

3)Методика занятий в тренажерном зале в зависимости от вида нарушений осанки.

Общие противопоказания в тренировках для всех видов нарушения осанки. Общие рекомендации по методике тренировки в тренажерном зале при всех видах нарушения осанки.

3.1 Методика построения силовой тренировки в зависимости от конкретного вида нарушений осанки.

-Круглая спина.

-Вогнутая спина. Гиперлордоз поясничного отдела позвоночника.

-Плоская спина.

-Ассиметричная осанка.

По итогам семинара вы научитесь определять какой вид нарушения осанки у вашего клиента, узнаете какую информацию нужно получить от врача, и какую диагностику пройти, чтобы составить программу тренировок в тренажерном зале. Слушатели узнают о том, какие упражнения противопоказаны при нарушениях осанки, какие рекомендованы, а также узнают, как использовать тренажерный зал в качестве средства коррекции нарушений осанки, отработают на практике упражнения с отягощениями при нарушениях осанки.

Выпускной документ: сертификат тренинговой компании "FITREHAB".