

Kurso „Sporto fiziologija“
PASKAITŲ IR PRATYBŲ TVARKARAŠTIS

Data	Laikas (val.)	Tema	Vieta
Sporto fiziologija			
12 08	10-14val.	Griaučių raumenų struktūra ir funkcija (atsipalaidavimo ir susitraukimo mechanizmas). Bendrieji raumenų adaptacijos dėsniumai, raumenų mechaninė ir metabolinė pažeida nuovargis. Širdies kraujagyslių ir kvėpavimo sistemos ir jų reakcija į fizinį krūvį, ilgalaikė adaptacija fiziniams krūviams.	Viešbutis „HOF hotel“, Maironio g. 21A, Kaunas
12 15	10-15 val.	Kūno kompozicija ir jos nustatymo būdai, energijos balansas ir jį įtakojantys veiksniai. Aerobinės teorijos pagrindai, fizinių krūvių intensyvumo skaičiavimo galimybės. Praktinis seminaras.	BLC centras, Donelaičio g. 62, Putvinskio g., 53, Kaunas. Įėjimas iš Putvinskio g. 53.

Dėl papildomos informacijos prašome kreiptis el. paštu: info@sportoakademija.lt arba telefonu 8 613 29199.

www.sportoakademija.lt