

Kurso „Laikysenos biomechanika ir korekcija“
PASKAITŲ IR PRATYBŲ TVARKARAŠTIS*

Data	Laikas	Tema	Vieta
2019 03 10	10-11.30 val.	Laikysenos vertinimas stovint, sėdint, einant ir bėgant.	BLC centras, K.Donelaičio g. 62, įėjimas iš Putvinskio g. 53, Kaunas
	11.45-14.00 val.	Laikysenos vertinimas stovint, sėdint, einant ir bėgant (praktika)	
	14.00-15.00 val.	Pietų pertrauka	
	15.00-19 val.	Praktika: laikysenos sutrikimų korekcija fiziniais pratimais	Sporto klubas Fankas, Savanorių pr. 111, Kaunas
2019 03 17	10-11 val.	Ydingos laikysenos priežastys ir pasekmės	BLC centras, K.Donelaičio g. 62, įėjimas iš Putvinskio g. 53, Kaunas
	11.15-12.15 val.	Ydingos laikysenos priežastys ir pasekmės (praktika)	
	12.30 – 13.15 val.	Žinių patikra	
	13.15-14.15 val.	Pietų pertrauka	
	14.15 – 19.00 val.	Praktika: laikysenos sutrikimų korekcija fiziniais pratimais	Sporto klubas Fankas, Savanorių pr. 111, Kaunas
2019 03 24	10.00-13 val.	Praktika: Korekcinės mankštos ir treniruočių programų sudarymas	Sporto klubas Fankas, Savanorių pr. 111, Kaunas
	14.00-16 val.		

**Pastaba. Praktinėms pratyboms būtina turėti sportinę aprangą, teorinės paskaitose rekomenduojama būti apsirengus sportiškai, moterims dėvėti sportinę liemenėlę.*

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

www.sportoakademija.lt