

Rozvrh kurzu

| Datum | Čas | Místo - FF Vinohrady | Téma | Lektor | Forma |
|-------------|---------------|-------------------------------|---|--------------|-----------|
| 23. - 24.3. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Úvod do kurzu, diagnostika pohybového aparátu a svalová náprava | Pavel | Prezenční |
| 30. - 31.3. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Základy anatomie - fyziologie, svalová soustava a biomechanika pohybu | Jakub | Prezenční |
| 6. - 7.4. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Mobilita, příprava na silový trénink a kettlebell | Pavel | Prezenční |
| 13.4. | 8:30 - 16:30 | Prostory fitka a funkční zóny | Cvičení na strojích / Příprava na velkou činku | Iris / Pavel | Prezenční |
| 14.4. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Anatomie - vnitřní orgány, opakování | Jakub | Prezenční |
| 20.4. | 8:30 - 16:30 | Prostory fitka a funkční zóny | Cvičení na strojích / Příprava na velkou činku | Iris / Pavel | Prezenční |
| 21.4. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Programování tréninku, tréninkové metody | Pavel | Prezenční |
| 27.4. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Výživa - stravovací plány, sportovní výživa | Monika | Prezenční |
| 28.4. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Regenerace/První pomoc | Iris/Míra | Prezenční |
| 1.5. | 18:00 - 20:00 | online | Marketingová komunikace | Lukáš | Online |
| 5.5. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Psychologie, pedagogika | Iris | Prezenční |
| 11. - 12.5. | od 8:30 | Sál 2 | Zkoušky | Pavel / Iris | Prezenční |
| 18.5. | od 8:30 | Prostory fitka a funkční zóny | Zkoušky | Pavel / Iris | Prezenční |