

Rozvrh kurzu

| Datum | Čas | Místo - FF Vinohrady | Téma | Lektor | Forma |
|--------------|---------------|-------------------------------|---|--------------|-----------|
| 13. - 14.1. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Úvod do kurzu, diagnostika pohybového aparátu a svalová náprava | Pavel | Prezenční |
| 20. - 21. 1. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Základy anatomie - fyziologie, svalová soustava a biomechanika pohybu | Jakub | Prezenční |
| 27. - 28. 1. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Mobilita, příprava na silový trénink a kettlebell | Pavel | Prezenční |
| 3.2. | 8:30 - 16:30 | Prostory fitka a funkční zóny | Cvičení na strojích / Příprava na velkou činku | Iris / Pavel | Prezenční |
| 4.2. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Anatomie - vnitřní orgány, opakování | Jakub | Prezenční |
| 10.2. | 8:30 - 16:30 | Prostory fitka a funkční zóny | Cvičení na strojích / Příprava na velkou činku | Iris / Pavel | Prezenční |
| 11.2. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Programování tréninku, tréninkové metody | Pavel | Prezenční |
| 17.2. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Výživa - stravovací plány, sportovní výživa | Monika | Prezenční |
| 18.2. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Regenerace/První pomoc | Iris/Míra | Prezenční |
| 21.2. | 18:00 - 20:00 | online | Marketingová komunikace | Lukáš | Online |
| 25.2. | 8:30 - 16:30 | Sál 2 | Psychologie, pedagogika | Iris | Prezenční |
| 2. - 3.3. | od 8:30 | Sál 2 | Zkoušky | Pavel / Iris | Prezenční |
| 9.3. | od 8:30 | Prostory fitka a funkční zóny | Zkoušky | Pavel / Iris | Prezenční |