



MAGYAR EDZŐK TÁRSASÁGA

Edző továbbképző konferencia

MEGENGEDETT TELJESÍTMÉNYFOKOZÓ MÓDSZEREK

Helyszín: **Magyar Sport Háza, konferenciaterem**

Időpont: **2017. október 5.**

Program:

- 9.00 – 10.00: Regisztráció
- 10.00 -10.10: A konferencia megnyitása
- 10.10 -10.40: **Mit egyek, mit ne egyek?**
Dr. Marics Balázs dietetikus
- 10.40 – 11.10: **A Bemer elv és hatása**
Dr. Bodogán Zsolt BEMER szaktanácsadó orvos
- 11.10 – 11.25: Kávészünet
- 11.25 – 11.55: **A krioterápia hatása a sportteljesítményre. Antigravitációs futógép a felkészítésben**
Képes Gergely triatlon edző, intézményvezető, Hermina Hidegterápiás Központ
- 11.55 – 12.25: **Mentális teljesítményfokozó módszerek**
Kovács Krisztina sportpszichológus, Testnevelési Egyetem
- 12.25 – 12.40: Kérdések, hozzászólások, a konferencia bezárása

A konferencián a részvétel ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött.

Regisztráció: 2017. október 4-én 12.00 óráig, a

<https://magyaredzo.hu/rendezvenyre-jelentkezés> menüponton keresztül.

A Kiemelt Edző Program edzőinek a részvétel beszámít a kötelezőkreditrendszerű továbbképzésbe (10p).