REKONDIČNÍ KURZ PRO SENIORY

Termín: 01.- 04.07.2024

Informace pro studenty FTVS UK, kteří budou kurz absolvovat jako plnění volitelného předmětu:

Studenti se účastní programu v prvním dni pasivně, v ostatních dnech částečně participují na vedení lekcí pod odborným dohledem (výlet, rozcvička k nordic walking, část cvičební jednotky v tělocvičně). Pod vedením lektorů také provádí masáže vybraných účastníků kurzu.

Upozornění: Účastníci z řad studentů nemohou čerpat v rámci kurzu masáž (tzn. není zahrnuta v ceně pro studenty).

Pre-rekvizitou předmětu je absolvování předmětů Sportovní masáž/Masáž ve sportu a Zdravotní tělesná výchova.

**Podmínky absolvování - požadavky k udělení zápočtu (kreditů)**:

* aktivní účast na celém programu a písemná reflexe k získaným kompetencím
* příprava a vedení 1 výletu
* příprava a realizace edukace s kognitivním tréninkem
* praktické provedení částečné sportovní masáže u 1 účastníka kurzu
* písemná příprava 1 cvičební jednotky / návrhu alternativního programu kurzu

Děkuji.

PhDr. Klára Daďová, Ph.D.

vedoucí katedry zdravotní tělesné výchovy a tělovýchovného lékařství

UNIVERZITA KARLOVA | Fakulta tělesné výchovy a sportu

José Martího 269/31 | 162 52 | Praha 6 – Veleslavín

Tel.: +420 220 172 386 | Mobil: +420 604 442 535 E-mail: [klara.dadova@ftvs.cuni.cz](mailto:klara.dadova@ftvs.cuni.cz)