

Восстановительная тренировка после травмы ПКС (передней крестообразной связки)

1. Стадии восстановления и выбор упражнений
2. Как тренироваться в тренажерном зале после травмы
3. Составление тренировки
4. В помощь тренеру: простые приложения кинезиотейпирования при травме ПКС

Дата проведения: 20 октября 2017

Время проведения: 15:00 – 19:00

Количество часов: 4 часа

Анна Косенко

- персональный тренер
- методист сети клубов "Оранж Фитнес Краснодар"
- сертифицированный инструктор международной ассоциации по кинезиотейпированию (СКТИ)

Место проведения: г. Ростов-на-Дону, ул Еременко 62, спортивный клуб «Fitness Unity»

Выдаваемый документ: сертификат тренинговой компании SmArtFit

Необходима предварительная регистрация

Запись на тренинг: +7 (928) 227 55 05

Rostov.fitness@mail.ru