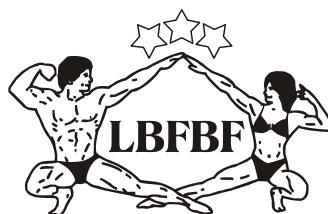


**LATVIJAS BODIBILDINGA,
FITNESA UN BODIFITNESA
FEDERĀCIJA**



**LATVIAN BODYBUILDING,
FITNESS AND BODYFITNESS
FEDERATION**

Stirnu iela 4-61, Rīga, Latvija, LV-1082
Tāl: +371 29287666
E-pasts: christinaifbb@inbox.lv

Reg. Nr. 40008128512

4-61 Stirnu st., Riga, Latvia, LV-1082
Phone: +371 29287666
E-mail: christinaifbb@inbox.lv

LATVIJAS BODIBILDINGA, FITNESA UN BODIFITNESA FEDERĀCIJA

2017.gada 2.aprīlī

ORGANIZĒ

8 AK. STUNDU SPORTA IZGLĪTĪBAS PRAKTISKO SEMINĀRU (tālākizglītības programmas kvalifikācijas paaugstināšanas seminārs)

fitnesa treneriem (A, B, C kategorijas sporta speciālistiem), sportistiem un citiem interesentiem

SEMINĀRA PROGRAMMA

9:00 DALĪBNIEKU REĢISTRĀCIJA

9:10 – 11:10 TEORĒTISKĀ DAĻA

Treņu sistematizācija,
Treņu plāna uzbūve,
Treņu programmas.

11:10 – 11:30 PĀRTRAUKUMS

11.30 – 15:00 PRAKTISKĀ DAĻA

Spēka vingrojumi visām muskuļu grupām, to izpildes tehnika.

15.00 APLIECĪBU IZSNIEGŠANA

Semināra norises vieta un laiks: 02.04.2017, MyFitness OLIMPIA sporta klubs, Āzenes iela 5, Rīga;

Semināra vadītājs: fitnesa treneris, C kategorijas sporta speciālists Rolands Siliņš;

Semināra dalībnieki saņems: LBFBB kvalifikācijas paaugstināšanas apliecinošu sertifikātu, kas būs derīgs sporta speciālistu (treneru) sertifikācijai;

Dalības maksa seminārā: 40 EUR.

Aicinām pieteikties līdz 2017.gada 30.martam apstiprinot savu dalību uz e-pastu: ifbb@ifbb.lv norādot precīzi semināra dalībnieka vārdu, uzvārdu, personas kodu.

Lūdzam apmeklēt semināru atbilstošā apģērbā (sporta tērps un sporta apavi).

Apmaksa jāveic līdz 30.martam ieskaitot uz zemāk norādīto LBFBB kontu:

Biedrība "Latvijas Bodibildinga, fitnesa un bodifitnesa federācija" (Reģ.Nr: 40008128512)

Banka: A/S "Swedbank"

Konts: LV50HABA0551022223660

Kods: HABALV22

Maksājuma mērķis: dalība treniņu izglītojošā seminārā 02.04.2017