

ROZVRH - SPECIALIZACE (skupina T5)

2016/2017 1. ročník		učebna		9:00 - 10:30		učebna		10:45 - 12:15		učebna		13:15 - 14:45		učebna		15:00 - 16:30		učebna		16:45 - 18:15	
		přednášející				přednášející				přednášející				přednášející				přednášející			
21.10.2016	pátek											U15	MJ	Úvod, Metodika a témata závěrečné práce	U15	MJ	Organizace kulturistiky a fitness v ČR a ve světě				
22.10.2016	sobota	TB01	SR	Kineziologické rozbory <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>		TB01	SR	Kineziologické rozbory <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>		TB01	SR	Kineziologické rozbory <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>		TB01	SR	Kineziologické rozbory <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>					
23.10.2016	neděle	TB01	SR	Testování oslabených a zkrácených svalů <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>		TB01	SR	Testování oslabených a zkrácených svalů <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>		TB01	SR	Testování oslabených a zkrácených svalů <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>		TB01	SR	Testování oslabených a zkrácených svalů <i>(nutné mít sportovní oblečení a přezůvky)</i>					
25.11.2016	pátek											U15	PC	Základy výživy + trávicí systém	U15	PC	Základy výživy + trávicí systém				
26.11.2016	sobota	U15	PC	Výživa 1 (makronutrienty, mikronutrienty)		U15	PC	Výživa 1 (makronutrienty, mikronutrienty)		U15	PC	Výživa 1 (makronutrienty, mikronutrienty)		U15	PC	Výživa 1 (makronutrienty, mikronutrienty)					
27.11.2016	neděle	U15	PC	Výživa 2 (energ. bil., způsob počítání, vliv na metab., těl. kompoz. - typolog., kalip., bioimp.)		U15	PC	Výživa 2 (energ. bil., způsob počítání, vliv na metab., těl. kompoz. - typolog., kalip., bioimp.)		U15	PC	Výživa 3 (glyk. index, výž. pro diab., hypert., vegetar., vegan., acidob. a ter. rovn.)		U15	PC	Výživa 3 (glyk. index, výž. pro diab., hypert., vegetar., vegan., acidob. a ter. rovn.)					
27.1.2017	pátek											U11 +lab.	PS	Svalové dysbalance	U11 +lab.	PS	Svalové dysbalance				
28.1.2017	sobota	U11	MR	Doplňky sportovní výživy		U11	MR	Doplňky sportovní výživy		U11	MR	Doplňky sportovní výživy		U11	MR	Doplňky sportovní výživy					
29.1.2017	neděle	U11	ZV	Zátěžová fyziologie		U11	ZV	Zátěžová fyziologie		U11	ZV	Zátěžová fyziologie		U11	ZV	Zátěžová fyziologie					
17.2.2017	pátek											U11	VV	Soutěžní disciplíny fitness a kulturistiky, systém rozhodování soutěží	U11	VV	Soutěžní disciplíny fitness a kulturistiky, systém rozhodování soutěží				
18.2.2017	sobota	Mega Fitness	JH	Posilování jednotl. sval. skupin - Mega Fitness, Korunní 98, Praha 3 (sportov. obl. + přezůvky)		Mega Fitness	JH	Posilování jednotl. sval. skupin - Mega Fitness, Korunní 98, Praha 3 (sportov. obl. + přezůvky)		Mega Fitness	JH	Posilování jednotl. sval. skupin - Mega Fitness, Korunní 98, Praha 3 (sportov. obl. + přezůvky)		Mega Fitness	JH	Posilování jednotl. sval. skupin - Mega Fitness, Korunní 98, Praha 3 (sportov. obl. + přezůvky)					
19.2.2017	neděle	Mega Fitness	JH	Posilování jednotl. sval. skupin - Mega Fitness, Korunní 98, Praha 3 (sportov. obl. + přezůvky)		Mega Fitness	JH	Posilování jednotl. sval. skupin - Mega Fitness, Korunní 98, Praha 3 (sportov. obl. + přezůvky)		Mega Fitness	JH	Posilování jednotl. sval. skupin - Mega Fitness, Korunní 98, Praha 3 (sportov. obl. + přezůvky)		Mega Fitness	JH	Posilování jednotl. sval. skupin - Mega Fitness, Korunní 98, Praha 3 (sportov. obl. + přezůvky)					
10.3.2017	pátek																				
11.3.2017	sobota																				
12.3.2017	neděle																				
28.4.2017	pátek																				
29.4.2017	sobota																				
30.4.2017	neděle																				



PS PhDr. Petr Štastný, PhD.
MJ Ing. Martin Jebas
PC Ing. Petr Cieluch
SR Mgr. Simona Roupcová
JV Bc. Jiří Vítek
MR Michal Richter
ZV Doc. MUDr. Zdeněk Vilikus, CSc.

MK Ing. Michal Kulštejn
ZC Zbyněk Ceradský
VV Vjačeslav Vinogradov
LK Luboš Koumal
JH Jiří Hybner

Běžné písmo teorie
 Kurzíva praxe
 Šedá barva předběžně
 Červené písmo upozornění