

Kondicioni trening

Napisao Mihajlo Kostic

nedelja, 27 jun 2010 15:05 - Poslednje ažurirano utorak, 06 jul 2010 00:56

- Individualni kondicioni treninzi na razvoju motorickih sposobnosti

- Individualni kondicioni treninzi na razvoju funkcionalnih sposobnosti

- Kondicioni treninzi ekipa u sportskim igrama (fudbal, kosarka, rukomet...)

- Dijagnostika treniranosti sportista (testiranje motorickih sposobnosti)

- Preventivno - rehabilitacioni programi (koleno, rame, skocni zglob, ledja...)

- Izrada individualnih programa za vezbanje

Kondicioni trening

Napisao Mihajlo Kostic

nedelja, 27 jun 2010 15:05 - Poslednje ažurirano utorak, 06 jul 2010 00:56

- Izrada programa za klubove (pripremni, takmicarski, prelazni period)

- Zdravstveno i prehrambeno savetovanje