



Program delavnic »Gibanje«

Četrtek, 24. 05. 2012

- 16.00 – 16.30 prihod v hotel Sava - Zagreb in namestitev
- 16.30 – 17.00 Predstavitve društva in programa šole: Mateja Saje
- 17.00 – 17.30 Pomen izobraževanja za kronične bolnike in predstavitev šole za KVČB: Dušan Baraga, dr.med.
- 17.30 – 18.30 Pomen gibanja za zdravje: Divna Klanfar, univ.dipl.soc.ped.
- 19.00 večerja in druženje

Petek, 25. 05. 2012

- 09.00 – 9:45 Vadba proti bolečinam LNG in Nordijska hoja, predavanje asist.dr. Darja Ažman, prof. šp. vzg.
- 10.00 – 11.00 Vadba proti bolečinam – praktični prikaz
- 11.00 – 13.00 Nordijska hoja - sprehod v okolico
- 13.00 – 15.30 Kosilo - odmor
- 15.30 – 16.30 Osteoporozoza – pomen gibanja, Maja Živec-Kozlevčar, dr.med. spec. fiziater,
- 16.30 - 17.30 Vaje za osteoporozoza – Andreja Brlan, dipl. fiziot.
- 17.30 - večerja in druženje

Sobota, 26. 05. 2012

- 09.00 – 09.45 Pogled kitajske tradicionalne medicine na vadbo in vpliv vadbe na zdravje mag.Petar Papuga, dr.med.
- 10.00 – 11.00 ČI- GONG – praktičen prikaz vadbe, mag.Petar Papuga, dr.med.
- 11:30 – 12:30 Joga. Teorija in praksa. Vaje za prebavila, Petra Globočnik, dipl.med. sestra
- 12:30 – 17:00 Kosilo in prosto
- 17.00 – 18.00 Obolenje sklepov pri KVČB – pomen gibanja, Alojzija Hočevar, dr.med., spec. revmatolog
- 18:00 večerja in druženje

Nedelja, 27. 05. 2012

- 09.00 – 10.00 Pilates –teoretične osnove in vadba
- 10.00 – 10.30 odmor za odjava hotela
- 10.30 - 11:30 zaključek, evalvacija, anketa

Predavanja bodo v kongresnem centru Tempel v hotelu Sava-Zagreb v Rogaški Slatini. Zaradi možne zadržanosti predavateljev si pridružujemo pravico spremembe programa.