

Licensierad PT för terapeuter

Detaljer och kursschema VT 2019

Lärarlista:

Carl Norell (CN)
Linus Åberg (LÅ)
Mikael Mattsson (MM)
Clas Björling (CB)
Chris Månsson (CM)
Mikael Wallsbeck (MW)
Mikael Flockhart (MF)
Andreas Thanger (AT)
Karl Axel Persson (KAP)

Lokaler	Bosön, Mornington Hotel och The Park		
Kontaktuppgifter	Utbildningsansvarig (CARL NORELL): 070-869 79 52 Bosön reception: 08-699 66 00 Mornington Reception: 08-507 332 00		
Onlinestudier start/stopp - Del 1	8/feb.	7/mars	
	Material och vägledning finns på kursportalen.		
Bosön- Kursträff 1	8/mars	9/mars	10/mars
Schema	Applicerad anatomi och rörelselära inom konditionsidrott - fot, höft, axel och brösttrygg 9.00–17.00 (LÅ)	"Applied science" - Rörlighetsökning 9.00–11.00 (CM) Rörlighetsökning i tre rörelseplan: inlärningsmetodik och övningsbank 11.00–17.00 (CM)	"Applied science" - Utveckling av kraft och spänst 8.00–10.00 (AT) Kraft och spänst: Inlärningsmetodik och övningsbank 10.00–16.00 (AT)
Lunch	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Praktikmoment	Nej	Ja	Ja
Kläder	Träningskläder för inomhusbruk	Träningskläder för inomhusbruk	Träningskläder för inomhusbruk
Mornington- Kursträff 2	22/mars	23/mars	24/mars
Schema	Skapa fokus och motivation hos klienter 9.00–12.00 (MW) Testmetodik: Maxpuls, tröskel med laktatmätning och VO2max 13:00-17:00 (KAP)	Idrottsfysiologi & evidensbaserad träningsplanering 08.00–14.00 (MM) Optimal utveckling av cykelprestation - en introduktion till sporten och dess kravprofil 14.00–17.00 (MF)	Skapande av individanpassade cykelpass och långsiktiga program för cyklister 9.00–12.00 (MF) Träningsplanering och unika behov för triatleter 13.00–17.00 (CB)
Lunch	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Praktikmoment	Ja	Nej	Ja
Kläder	Löpkläder för utomhusbruk	Inga specifika krav	Träningskläder för inomhuscycling
Bosön- Kursträff 3	5/apr.	6/apr.	7/apr.
Schema	Teknikanalys och teknikutveckling av löpare 08.00–12.00 (CN) Styrekanalys och styrkeutveckling av löpare 13.00-17.00 (CN)	Träning med hjälp av coachingprocessen 8.00–9.00 (CN) Löptester för bedömning av utveckling och styrkor/svagheter 09.00–12.00 (CN) Skapande av individanpassade pass och långsiktiga program för löpare 13.00–17.00 (CN)	Viktiga principer och coachingtips: Multisport, simning, ultralopp, adventure racing och swimrun 9.00–12.00 (JH) Klientcase och reflexion 13.00-16.00 (CN)
Lunch	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Praktikmoment	Ja	Ja	Ja
Kläder	Löpkläder	Löpkläder	Träningskläder för inomhusbruk
Onlinestudier start/stopp - Del 2	8/apr.	27/apr.	
	Material och vägledning finns på kursportalen.		
The Park - Kursträff 4/5	12-apr.	19-apr.	
Schema	Handledning 8.00–12.00 (JH)	Handledning 08.00–12.00 (CN)	
*frivillig närvaro anmälan krävs			
Fika	10.00-10.30	10.00-10.30	
Praktikmoment	Nej	Ja	
Kläder	Inga specifika krav	Träningskläder för inomhusbruk	
The Park - Kursträff 5	28-apr.		
Schema	Examination (lic. PT) 9.00–12.00 (ML) 13.00-15.00 (CN)		
Fika	Efter teoretiska examinationen		
Praktikmoment	Ja		
Kläder	Träningskläder för inomhusbruk		