





	<p>SERGEJ ROZMAN - SLOVENIJA</p> <p>eden najboljših slovenskih strokovnjakov na področju kineziologije; dolgoletni raziskovalec in sodelavec na področju fitnesa.</p> <p>TESTIRANJA V FITNESU - brez ugotavljanja telesne pripravljenosti vadečega, zanj ne moremo oblikovati ustreznega vadbenega programa. testiranja, kako, kaj; teoretično in praktično.</p> <p>DELAVNICA RAZTEZNIH VAJ - enostranske obremenitve povzročajo slabo telesno držo in nepravilne obremenitve sklepov, pregledali bomo teoretične osnove raztezanja, najpogostejše metode raztezanja in demonstrirali raztezne vaje za večje mišične skupine.</p>		<p>AMIKA TOMCIC - HRVAŠKA</p> <p>reebok master trener in član reebok university teama hrvaška, poznana kot zelo karizmatični in demonstrator.</p> <p>IT'S ONLY STEP - z osnovnimi koraki in preprostimi metodami do zanimive koreografije, kar je skrivnost vsake dobre step vadbe.</p> <p>PILATES MATWORK BASIC WORKSHOP - obravnavali bomo baze osnovnih vaj te 80 let stare vadbene zvrsti.</p> <p>BODY SCULPT WORKSHOP - analiza vadbe in celoten trening vam bosta dala znanje, kako opraviti uspešen workout trening z uporabo vseh dostopnih rekvizitov in vaj.</p>		<p>JAIRO - BRAZILIJA</p> <p>karizmatičen, prodoren in eden najbolj iskanih presenterjev zadnjih let. predstavil nam bo svetovne trende iz prve roke.</p> <p>LATIN SOUL - delavnica s pridihom južne amerike: glasba, telo in soul.</p> <p>STEP VARIATION - kjer se puzzle posameznih delov vadbe nizajo in na koncu povežejo v zanimivo celoto. energetsko nabita ura.</p> <p>DANCE JR - ples, ples in še enkrat ples. poslušaj glasbo in prepusti svoje telo. tekoča, razgibana, nora.</p> <p>CARDIOCONDITION - kombinacija kardiovaskularnega treninga in</p>
	<p>asist. mag. RENATA VAUHNİK dipl. ft. - SLOVENIJA</p> <p>vodja fizioterapevske raziskovalne dejavnosti, arhiron, (zavod za sklepne in športne poškodbe celje); zaposlena na oddelku za medicinsko rehabilitacijo, u na bolnišnica maribor.</p> <p>VLOGA INŠTRUKTORJA FITNES V REHABILITACIJI - uspešno sanacijo poškodbe omogoča te pravilno asna in pravilna opredelitev težav (diagnostika) ter pravo asno in pravilno usmerjeno zdravljenje, podprto s strokovnim sodelovanjem tako inštruktorjev fitnesa kot športnih trenerjev, pomeni timskega dela zdravnika, fizioterapevta, inštruktorja fitnesa, športnega trenerja in seveda poškodovanca.</p>		<p>MARTINA MAVRIN - HRVAŠKA</p> <p>profesorica kineziologije, diplomirala je iz joge in ima že osem let praktičnih izkušenj.</p> <p>YOGA BODY - kombinacija oblikovanja telesa z mentalno relaksacijo. spoznajte drugačen, bolj intenziven pogled na jogo, ki vas bo navdušila.</p>		<p>SAYONARA MOTTA - BRAZILIJA</p> <p>predstavnica svetovno najbolj priznanih presenterjev in strokovnjakov s področja fitnesa. Stejerno si v velik ponos, da nas bo obiskala.</p> <p>KAPOEIRA AEROBIC - na tej uri se lahko naučite kombinirati originalne gibe brazilskega plesa in borbe s pridihom modernega fitnesa. poskusite!</p> <p>AFRO LATIN DANCE - kombinacija afro brazilskih in afro kubanskih gibov z vrstnim latinskim priokusom v enkratni koreografiji.</p> <p>PILATES AND STRETCH FLEXZONE - sayonara nas bo naučila,</p>
	<p>mag. LADO KONC - SLOVENIJA</p> <p>prof. šp. vzgoje, diplomant fakultete za šport, podiplomski študij medicine (m.l.), izobraževanje v tujini, univerza južne kalifornije USI Los angeles, svetovalec vrhunskih športnikov, specialist za telesno pripravo in osebni trener.</p> <p>VPLIV ANABOLNO - ANDROGENIH STEROIDOV NA SKELETNO MIŠIČEVJE IN DUŠEVNOST VADNEGA - kratkotrajni in dolgotrajni stranski učinki jemanja teh snovi. kljub znanstvenim dokazom, da je jemanje teh snovi škodljivo, moramo priznati, da imajo te snovi pozitivne učinke na izboljšanje delovne sposobnosti športnika. Namen predavanja je osvetliti to problematiko s strokovne strani.</p>		<p>LEON BENETA - HRVAŠKA</p> <p>priznan trener z več kot 15-letnimi izkušnjami; trener hrvaške thairboxing reprezentance.</p> <p>FIT FOR SURVIVE - zelo intenziven program z elementi borilnih športov in joge, kjer boste preizkusili svojo vzdržljivost in se pripravili na premagovanje stresov v vsakdanjem življenju.</p>		<p>MIRKO PARMAN - ITALIJA</p> <p>priznan strokovnjak iz sosednje italije, IFA trener, osebni trener, koreograf, prisoten na mnogih konvencijah po evropi in svetu, ki nam bo predstavil:</p> <p>SOCIAL DANCE - plesna delavnica s preprosto zanimivo koreografijo. vodilo delavnice: prepustite svoje telo užiti!</p> <p>TWIN STEP (mirko & fabrizio) - ura, polna užitka, s kombinacijami dveh stepov in dveh vadečin ter enega stepa in dveh vadečin. zelo</p>
	<p>doc. dr. SLAVKO ZIHERL dr. med., v. svetnik - SLOVENIJA</p> <p>strokovni direktor psihiatrice klinike ljubljana in visokošolski učitelj psihiatrije. eno izmed pomembnih tona njegovega terapevskega dela so stresne motnje in obvladovanje stresa.</p> <p>MOTNJE V PREHRANJEVANJU - prvenstveno mislimo pri tem na anoreksijo, ki jo pod tem imenom poznamo tudi laiki. bistven pri tej hudi in zapleteni duševni in vedenjski motnji je bolesten strah pred debelostjo, zato tak človek naredi vse, da bi čim bolj shujšal.</p>		<p>ANA KUHANEC - HRVAŠKA</p> <p>absolventka športne fakultete v zagrebu in prvi inštruktor s-faktor vadbe na hrvaškem.</p> <p>S-FAKTOR - nova revolucionarna oblika fitnesa, namenjena predvsem nežnejšemu spolu. kombinacija plesa, joge in erotičnih gibov stripista. s-faktor nam dviguje samozavest in nove oblike doživljanja lastnega telesa. odpravlja odveč kilogramne in dviguje energijo.</p>		<p>FABRIZIO EMILIOZZI - ITALIJA</p> <p>dolgoletni strokovnjak na področju fitnesa, študent IUSM roma; v zadnjih dveh letih je s svojo karizmo in profesionalizmom očaral italijo in evropo.</p> <p>POWER & DEFINITION - je delavnica z uporabo pripomočkov za uspešno oblikovanje in kondicioniranje telesa. ključ najdemo v preprostosti.</p> <p>DOUBLE AEROCLASIC (mirko & fabrizio) - ponovna igra dveh vrhunskih strokovnjakov. skupaj nam bosta na preprost način in z</p>
	<p>BOŠTJAN KREK - SLOVENIJA</p> <p>osebni trener z bogatimi izkušnjami na področju preoblikovanja postav. kot diplomirani zdravstveni delavec daje pri svojem delu tudi zelo velik poudarek na zdravju in preprečitvi pravih poškodbam.</p> <p>VAJE ZA TREBUŠNE MIŠICE - lepo oblikovane trebušne mišice so zagotovo eden izmed najbolj zaželenih ciljev vseh, ki jim lepo oblikovano atletsko telo veliko pomeni. spoznajte širok spekter vaj za vadbo trebušnih mišic in, še pomembneje, kako jih vaditi uinkovito ter varno.</p>		<p>TARA (IVA) LENTA) - ČEŠKA</p> <p>rojena v pragi; že vrsto let deluje kot učiteljica reiki-ja, regresoterapevka, ki zagovarja mistično, no pot ozavešanja in spoznavanja samega sebe...le takšno življenje ima smisel....</p> <p>SVETILNIK - (skupinska meditacija, reiki) obravnavali bomo določene vaje iz kriyajoge za dvig zavesti in spominja; podajanje v skupinsko meditacijo in spoznavanje reiki energije.</p>		<p>FLAVIUS TURCANU - ROMUNIJA</p> <p>najbolj priznan romunski fitness strokovnjak v evropi. gostoval je na vseh vrstnih konvencijah. sedaj ustvarja in deluje kot fitness ekspert v italiji.</p> <p>POWERCOMBAT - elementi borilnih veščin, pomešani v koreografijo brez direktnega kontakta. vložite svojo energijo v uro in obiščite mo!</p> <p>LOCAL TONE - delavnica, ki vsebuje praktične ideje pri vadbi z malimi utežmi na stepu in drugih pripomočkih. nit delavnice se bo navezovala na varnost pri vadbi.</p> <p>STEP TRIBAL DRUMS - ritem bobnov s fitness podlogo nas bo na stepu popeljal daleč - ez meje odklopite se z nami.</p>
	<p>TADEJ MAJERLE - SLOVENIJA</p> <p>predavatelj, osebni trener, mednarodni sodnik fitnesa in bodybuildinga. na svojih predavanjih poskuša zmeraj podati čim več praktičnih in uporabnih informacij.</p> <p>LOKALNA REDUKCIJA MAŠCOB - do nedavnega pobožne želje navčnih posameznikov so danes z uporabo modernih krem in preparatov postale realnost. spoznajte nacine, ki omogočajo vpliv na lokalno redukcijo maščob (lokalno lipolizo) in zmanjševanje pojavnice celulita.</p>		<p>SASA VOLK - SLOVENIJA</p> <p>plesni pedagog, bivša tekmovalka, koreografinja, poučuje v sloveniji, vse ve pa tudi v tujini (švedska, norveška, danska).</p> <p>STREET JAZZ DANCE - street jazz je plesna disciplina, ki se je razvijala postopoma in je sedaj mešanica jazz-a, funka in hip-hop-a. »free your body!«</p>		<p>MR. MOVE IT! - ZIMBABVE</p> <p>vsestranski športnik, osebni trener, plesalec in ekspert skupinske vadbe. predstavil nam bo:</p> <p>HIP HOP HOORAY - hip hop praznovanje za vse entuziaste in navdušence plesa. »move to the groove with mr. move it!«</p> <p>WORKOUT MOVE AND TONE THAT ZONE - delavnica krepljenih vaj za moč in oblikovanje, povezanih v tekočo strukturo programa za celo</p>
	<p>PETAR ELIK - SRBIJA IN RANA GORA</p> <p>eden od pionirjev (55 let) na področju bodybuildinga in prehrane v bivši jugoslaviji. trikratni evropski prvak in večkratni jugoslovanski šampion. živa legenda yu bodybuildinga.</p> <p>PRIPRAVE V BODYBUILDINGU IN FITNESU, SKRIVNOSTI DEFINICIJE - tehnike definiranja in oblikovanja telesa, razliki med vidiki in skrivnostmi velikih šampionov. predavanje bo temeljilo na dejstvih dolgoletnih trenerskih izkušenj. resnica na dlani.</p>		<p>JURE KRAJNC - SLOVENIJA</p> <p>plesalec, pedagog, plesni strokovnjak, ki deluje v plesnem klubu pingi v mariboru. predstavil se bo s plesno hip-hop delavnico:</p> <p>FREAKY-J STYLE - razvil je svoj stil hip-hop-a (mešanica med lockingom in poppingom), ki je zelo energičen in primeren predvsem za razgibanje in oblikovanje celotnega telesa ter za pridobivanje koordinacije. tudi za začetnike.</p>		<p>MARKO GERŠAK - SLOVENIJA</p> <p>priznan mednarodni demonstrator, osebni trener, predavatelj in entuziast na področju fitnesa.</p> <p>METODOLOGY INTERSECTION - STEP - odgovori, ki jih iščemo, in ne vemo, kako priti do njih. kako ućijo v svetu najbolj priznani strokovnjaki. pomen simetrije in kako doseči njeno popolnost. vstopimo v nove razsežnosti.</p> <p>FITNESJOGA - svetovna uspešnica zadnjih sezon v svetu. ko nas zajame mističen tekoc tok elementov in glasbe, se prepustimo in spoznavamo svoje telo.</p>
	<p>PARKO STOJI - HRVAŠKA</p> <p>o hrvaškem bodybuildingu, vzor večinam mladim bodybuilderjem, profesor kineziologije in dolgoletni predavatelj.</p> <p>SKRIVNOSTI PRIDOBIVANJA MIŠIČNE MASE - sistemi treningov, prehrana in poitek. kako individualizirati osnovne principe in jih nato uporabiti v praksi. poglobljeno predavanje!</p>		<p>ANITA CANADI - SLOVENIJA</p> <p>prodroma slovenska plesalka in plesni pedagog. izobraževala in sodelovala je na številnih projektih doma in po svetu.</p> <p>SHOW DANCE - delavnica s kombinacijo jazz-a, horton-a, baleta, afriko - karibskih plesov in hip-hop-a. e boste zamudili to delavnico - veeliika napaka! nora bo!</p>		<p>JASMINA ZAKRAJŠEK - SLOVENIJA</p> <p>najbolj prodorna slovenska demonstratorica aerobike, sodelovala je na vseh vrstnih fitnes projektih v sloveniji in je mednarodna sodnica športne aerobike. predstavila nam bo:</p> <p>TNZ - je uspešnica v fitnes industriji, ki ne bo zamrla. predstavile se bodo novosti in prijem, kako izpeljati pravilno in uinkovito vadbo.</p> <p>HI-LO LET IT FLY - oblika aerobike, ki dovoljuje vade in, da koreografiji dodajo svoja trenutna občutja. enostavna uinkovita metodika.</p> <p>METODIKA UČENJA V AEROBIKI - delavnica, na kateri se skozi krajšo koreografijo seznanite s trendi metodike učenja v aerobiki.</p>
	<p>DUBKO MADPAREVI - SLOVENIJA</p> <p>3-kratni slovenski prvak, evropski in svetovni prvak v bodybuildingu, predsednik BFZS. kot osebni trener svoje znanje uspešno prenaša na svoje varovance. predaval nam bo:</p> <p>TEKMOVALNI BODYBUILDING - tekmovalni vidik v bodybuildingu, strokovnost, priprave in pristopi. nepravilnosti in napačne predstave o tem športu.</p>		<p>MIRKO JERENEC - SLOVENIJA</p> <p>trener fitnesa in višji trener karateja. lastnik fitnes studia forma v mariboru, že vrsto let deluje na slovenski fitnes sceni.</p> <p>FITNES PSIHOLOGIJA - predavanje o vidikih, ki pripeljejo posameznika v fitnes, in kako oceniti, kaj posameznik od fitnesa pri akcije, opis vidikov, zakaj je fitnes tako uspešen in poseben med športnimi panogami, nam olajša psihofizično ocenitev posameznika, s katerim vadimo.</p>		<p>PETER DRAGOVIC - SLOVENIJA</p> <p>karizmatični in z energijo nabiti inštruktor, ki že vrsto let deluje v fitnes centru fit&fun v ljubljani.</p> <p>DANCE MY WAY - enostavni koraki + plesni vložki + nove ideje + preprosta metodika + = ura, ki vas ne bo pustila ravnodušne. na koncu boste hoteli še.</p>