CORPUS
COACHING

TUNNISTUS

Eneli Penijäinen

On edukalt läbinud täiendkoolituse
"Online juhendamine jõusaalitreeneritele"
mahus 8 akadeemilist tundi.

Läbitud moodulid:

Online juhendamise mõte ja ülesehitus
Treeningkava koostamise põhimõtted
Koormuste paika seadmine ning progressioon
Tsüklid ja tagasiside
Teenuse hinnastamine

Koolituse toimumise kuupäevad:
18.02; 19.02; 25.02 ja 26.02
Aasta 2023

SIIM KELNER

REIGO ADAMSON