

VOIMAHARJOITTELUN TYÖKALUJA LIKKUMISTA RAJOITTAVISSA TILANTEISSA

Koulutus tarjoaa ajankohtaista ja käytännönläheistä tietoa voimaharjoittelun soveltamisesta tilanteissa, joissa asiakkaan liikkumista rajoittavat esimerkiksi kipu, vamma, alentunut kuormituskestävyys tai harjoittelun alkuvaihe.

Koulutuksen jälkeen osallistuja:

- ymmärtää keskeisten voimaharjoittelumenetelmien vaikutusmekanismeja
- osaa soveltaa harjoittelua erilaisissa liikkumista rajoittavissa tilanteissa
- pystyy perustelemaan valintansa asiakastyössä
- saa konkreettisia työkaluja päivittäiseen valmennus- ja ohjaustyöhön



Kohderyhmä

- fysioterapeutit, • valmentajat
- personal trainerit • muut liikunta-alan ammattilaiset

Hinta

225 € + alv 25,5 % sisältäen materiaalit digitaalisessa muodossa ja kahvit koulutuspäivän aikana

Kouluttaja

Amir Youssef, LitM,
fysioterapeutti, fysiikkavalmentaja

Milloin ja missä

La 23.1.2027 Lapin AMKin Rovaniemen kampuksella klo 9.00-14.00



[ilmoittaudu TÄSTÄ](#)

Lisätietoja

Johanna Lindgren, asiantuntija
Johanna.lindgren@lapinamk.fi
040 4802178