

# PARALIMPIAI FELKÉSZÍTŐ EDZŐK I. KONFERENCIÁJA

Időpont: **2015. március 31.**

Helyszín: **Budapest**, Magyar Sport Háza földszinti Tanácsterem

Rendezők: **a Magyar Paralimpiai Bizottság és a Magyar Edzők Társasága**

## PROGRAM

- 9.00 – 9.30: Regisztráció
- 9.30 – 9.45: Üdvözlések, megnyitó  
**Gömöri Zsolt**, MPB elnöke és **Molnár Zoltán**, MET elnöke
- 9.45 – 11.15: Rehabilitáció, rehabilitációs technikák a versenysportban.  
**Dr. Somogyi Péter**, az OSEI osztályvezető főorvosa
- 11.15 -11.35: Kávészünet
- 11.35- 13.05: Edzés, versenyzés, regeneráció. A pihenés szerepe a felkészülésben.  
**Prof. Dr. Berkes István**, Testnevelési Egyetem egyetemi tanára
- 13.05 -13.30: Ebédészünet
- 13.30-14.20: Táplálkozás és felkészülés kapcsolata.  
**Boros Edit**, ORI vezető dietetikusa
- 14.20 – 15.00: Edzésprogram és étrendi időztítés.  
**Tihanyi András**, Teljesítményfokozó Team, dietetikus

**Kötelező előzetes regisztráció 2015. március 22.-éig  
az [info@hparalimpia.hu](mailto:info@hparalimpia.hu) e-mail címen.  
További információ a 06 1 460-6804-es telefonszámon.**

**A KONFERENCIASOROZAT TÁMOGATÓJA A K&H EGÉSZSÉGES NEMZETÉRT ALAPÍTVÁNY**