

Программа курса тренер тренажерного зала “Расширенный”

1. генетика и бодибилдинг
2. биологический возраст
3. периодизация и циклирование
4. тактические методы сетов
5. бодибилдинг и другой спорт
6. чай, кофе, зеленый чай и тренировки
7. периодическое лечебное голодание.
8. витамины
9. аптечный допинг
10. спортивное питание
11. спортивная фармакология
12. травмы в зале
13. тренировка при заболеваниях печени
14. тренировка при заболевании почек
15. тренировки при заболеваниях сердца
16. тренировки при гипертонии
17. тренировки при гипотонии
18. тренировки после инсульта
19. тренировки после инфаркта
20. тренировки при заболеваниях желудка
21. грыжи, протрузии
22. пкт
23. тренировки при заболеваниях зрения
24. вода
25. препараты для суставов и связок
26. пептиды