

# Trener personalny z dietetyką sportową

- Specjalność - studia I stopnia

**Kierunek: Turystyka i rekreacja**

Hybrydowe **OD PAŹDZIERNIKA** Studia licencjackie

## Czego nauczysz się, wybierając tę specjalność?

Zdobędziesz umiejętności przygotowywania treningów dla klientów indywidualnych i niewielkich grup

Zdobędziesz podstawową wiedzę na temat anatomii człowieka, niezbędną do projektowania bezpiecznych i efektywnych treningów

Nabędziesz podstawowej wiedzy i umiejętności z zakresu fizjoterapii wspomagającej treningi sportowe

Poznasz współczesne metody i narzędzia treningowe

Zdobędziesz wiedzę z obszaru dietetyki sportowej oraz nauczysz się przygotowywać indywidualne plany żywieniowe dopasowane do potrzeb treningowych klienta

Poznasz zasady opracowywania diet dla osób z różnymi schorzeniami i specjalnymi wymaganiami żywieniowymi

Poznasz specyfikę pracy w obiekcie fitness

Poznasz marketingowe tajniki budowania marki osobistej trenera oraz promocji zdrowego trybu życia

Zdobędziesz wiedzę z zakresu psychologii sportu i treningu

## Co jeszcze powinieneś wiedzieć?

Współcześnie, obserwujemy wyraźny popyt na usługi trenerów personalnych z umiejętnościami układania dedykowanych diet. Ukończenie studiów w tym obszarze pozwoli Ci na zdobycie wyjątkowych kwalifikacji, które wyróżnią Cię na rynku pracy.

Dzięki współpracy z klubem XYZ będziesz mógł zobaczyć jak w praktyce wygląda praca trenera personalnego. Weźmiesz udział w wizytach studyjnych i warsztatach organizowanych przez cenionych specjalistów.

Otrzymasz szansę ukończenia dodatkowych (odpłatnych) kursów z zakresu treningu personalnego i dietetyki

# Praca dla Ciebie

trener personalny  
doradca dietetyczny  
pracownik w klubie fitness  
pracownik w ośrodkach SPA&Wellness  
pracownik w obiektach uzdrowiskowych  
opiekun grup rekreacyjno-sportowych (np. w obiektach turystycznych)



# Program studiów

Podstawy anatomii człowieka  
Podstawy fizjoterapii  
Projektowanie planów treningowych  
Współczesne metody i narzędzia treningowe  
Dietetyka sportowa i suplementacja  
Układanie planów dietetycznych  
Budowanie marki trenera personalnego  
Psychologia aktywności sportowej

# Wykładowcy

## **dr Agata Basińska-Zych**

Jest członkiem międzynarodowej organizacji zajmującej się problematyką czasu wolnego i wypoczynku Leisure Studies Association. Uczestniczyła w ponad 40 międzynarodowych i krajowych konferencjach naukowych oraz seminariach branżowych z zakresu turystyki i rekreacji. Autorka/ współautorka ponad 30 publikacji naukowych w czasopiśmie naukowych polskich i zagranicznych. W okresie 2010-2012 realizowała grant promotorski Narodowego Centrum Nauki, którego rezultatem jest rozprawa doktorska pt. „Rola samorządu terytorialnego w rozwoju rekreacji ruchowej i turystyki” oraz raport z badań „Rola samorządu gminnego w rozwoju rekreacji ruchowej i turystyki w woj. wielkopolskim”.

Pilot wycieczek i animator czasu wolnego z siedmioletnim stażem pracy specjalizującym się w zagranicznych wyjazdach biznesowych oraz motywacyjnych. Współpracowała m.in. z Tui Poland, Travel Profii Parter, Businessman

Dane zamieszczone w niniejszej karcie kierunku mają charakter wyłącznie informacyjny. Dane te nie stanowią oferty zawarcia umowy w rozumieniu art. 66 i nast. kodeksu cywilnego. Zgodnie z art. 160 ust. 3 ustawy z dnia 27 lipca 2005 roku Prawo o szkolnictwie wyższym, umowa między poznanym a studentem zawierana jest w formie pisemnej.

Fun Club. Egzaminator Polskiej Izby Turystyki w certyfikacji kandydatów na pilotów wycieczek.

Posiada doświadczenie w pisaniu i koordynowaniu projektów finansowanych ze źródeł zewnętrznych głównie dot. aktywizacji lokalnej społeczności. Aktywna działaczka społeczna, współzałożycielka i członek Zarządu Stowarzyszenia „Kobieca Grupa Działalnia Fanaberia”.

Doktor nauk o kulturze fizycznej, absolwentka turystyki i rekreacji na Wydziale Turystyki i Rekreacji oraz Wydziału Wychowania Fizycznego, Sportu i Rehabilitacji Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu. Obecnie uczestniczka studiów podyplomowych „Menedżer projektu badawczo-rozwojowego na Uniwersytecie WSB Merito w Poznaniu. Adiunkt na Uniwersytecie WSB Merito w Poznaniu pełniący funkcję Menedżera kierunku Turystyka i Rekreacja.

### **Agnieszka Falborska**

Dietetyk, pedagog. Swoje doświadczenie zawodowe zdobywała w jednym z największych cateringów dietetycznych w Polsce. Obecnie prowadzi własną działalność gospodarczą skupioną wokół szeroko pojętej edukacji dietetycznej. Jej artykuły od kilku lat pojawiają się w Magazynie Bieganie, prowadzi wykłady, webinary i konsultacje w ramach współpracy z czołowym dostawcą benefitów pracowniczych firmą DailyFruits. W Akademii Dietetyki Klinicznej realizuje dla specjalistów autorskie szkolenie z zakresu zaburzeń odżywiania. Absolwentka Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu.

Obszary zainteresowań zawodowych: żywienie w sportach wytrzymałościowych, trendy w gastronomii i dietetyce, prawo żywnościowe, zaburzenia jedzenia.


### **Special promotion for candidates.**

Nie czekaj, zapisz się online. Pierwsi korzystają najwięcej!

Zapisując się do 17 lipca, zyskujesz:

**800 zł dzięki niżce w czesnym**, która na studiach I stopnia rozliczana jest na pierwszym roku studiów, obniżając proporcjonalnie każdą kolejną ratę czesnego.

Dodatkowo jesteś zwolniony(-na) z opłaty wpisowej w wysokości 85 zł.



Do 17 lipca  
czesne już od  
**358 zł** ~~425 zł~~  
miesięcznie