

# Dietetyka w sporcie i rekreacji

- Specjalność - studia II stopnia

**Kierunek: Turystyka**

Hybrydowe Studia magisterskie

## Czego nauczysz się, wybierając tę specjalność?

Planować żywienie mające na celu przygotowanie organizmu do określonego wysiłku fizycznego oraz sprzyjające regeneracji organizmu po wysiłku

Dostosowywać dietę i suplementację do stanu zdrowia, posiadanej kondycji fizycznej oraz rodzaju uprawianej aktywności fizycznej Twoich klientów

Konstruowania właściwych programów dietetycznych w odnowie biologicznej, u osób aktywnych fizycznie, sportowców wyczynowych

Doboru diety dla osób pragnących prowadzić zdrowy styl życia oraz dbających o swoje zdrowie i wygląd

### Studia hybrydowe

Zajęcia ćwiczeniowe zrealizujesz na uczelni, a wykłady – online, na platformie MS Teams, w czasie których z wykładowcami i kolegami z grupy kontaktujesz się przez internet, w czasie rzeczywistym (synchronicznie). Dodatkowo skorzystasz z materiałów zamieszczanych na platformie Moodle, w dogodnym dla Ciebie czasie (asynchronicznie).

## Co jeszcze powinieneś wiedzieć?

Zdrowy styl życia to światowy trend. Dieta w połączeniu z aktywnością fizyczną stanowią podstawowy element sprzyjających zdrowiu. Na zajęciach spotkasz praktyków, którzy łączą pasję fitnessu i zdrowego odżywiania. Będziesz pracować na programach komputerowych dla dietetyków, które pozwalają stworzyć zaawansowane jadłospisy dietetyczne. Dzięki studiom na tej specjalności nauczysz się konstruować różnego rodzaju diety, dokonasz analizy przypadków, które możesz napotkać w przyszłej pracy. Zajęcia są prowadzone przez osoby, które na co dzień wspomagają w zakresie żywienia i suplementacji osoby aktywne fizycznie.

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 torun a studentem zawierana jest w formie pisemnej.

# Praca dla Ciebie

konsultant ds. żywienia i suplementacji w klubach fitness i na siłowniach

specjalista w ośrodkach odnowy biologicznej, ośrodkach typu wellness i spa

specjalista w firmach zajmujących się produkcją żywności lub suplementów diety

właściciel działalności gospodarczej z zakresu doradztwa dietetycznego dla osób aktywnych i sportowców



# Program studiów

## PRZEDMIOTY REALIZOWANE W RAMACH SPECJALNOŚCI

### Dietetyka w sporcie i rekreacji

Fizjologiczne i biochemiczne aspekty żywienia

Biologiczne uwarunkowania wysiłku fizycznego

Trening personalny w żywieniu

Coaching zdrowia

Choroby przewlekłe w aspekcie wysiłku fizycznego

Żywienie i wspomaganie dietetyczne w różnych dyscyplinach sportu

"Suplementy diety w sporcie"

Planowanie diety i organizacja żywienia w sporcie i rekreacji

Dietetyka w sporcie i rekreacji- ćwiczenia terenowe

Dietetyka w sporcie i rekreacji- wizyta studyjna

## Special promotion for candidates.

Inwestuję w siebie, myślę o przyszłości

Zapisując się do 17 lipca, zyskujesz:

**800 zł dzięki zniżce w czesnym**, która na studiach II stopnia i II stopnia z podyplomowymi rozliczana jest przez cały okres studiów, obniżając proporcjonalnie każdą kolejną ratę czesnego.

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

do 17 czerwca

czesne już od

**366 zł** ~~400 zł~~

miesięcznie

Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 366 zł/mies.