



למי מיועד הקורס?

מתאים למאמני כושר, למאמני EMS ולבעלי מכוני EMS ייעודיים ומטפלים בתחום השיקום המבקשים להעמיק את מומחיותם בתחום אימון EMS. הקורס מספק ידע מעשי ומחקרי עדכני ביותר בתחום הספורט, ומקנה למשתתפים כלים ומיומנויות לעבודה עצמאית ולפיתוח תכניות אימון מתקדמות.

תכני הקורס:

- הדרכה בהפעלת מכשירי EMS בטכנולוגיית Xbody -
- תפעול המכשור ושימוש בממשק האונליין של המערכת,
- שימוש חליפת האימון (תפעול ותחזוקה)
- מתן רקע מתחום מחקרי ספורט לטכנולוגיית EMS
- היכרות עם תורות אימון שונות
- קווים מנחים ועקרונות של Xbody
- למידת תרגילי EMS בסיסיים
- היכרות עם שיטות לבניית מערכי אימון באמצעות תרגילי EMS בסיסיים

חומרי לימוד:

- מדריך משתמש
- חוברות הדרכה
- גישה למחקרים
- מצגות וסרטוני הדרכה

הסמכה:

- אימון EMS רמה 1.

היקף הקורס:

- 8 שעות

*המכון שומר לעצמו את הזכות לשנות מבנה הקורס תקופתית

