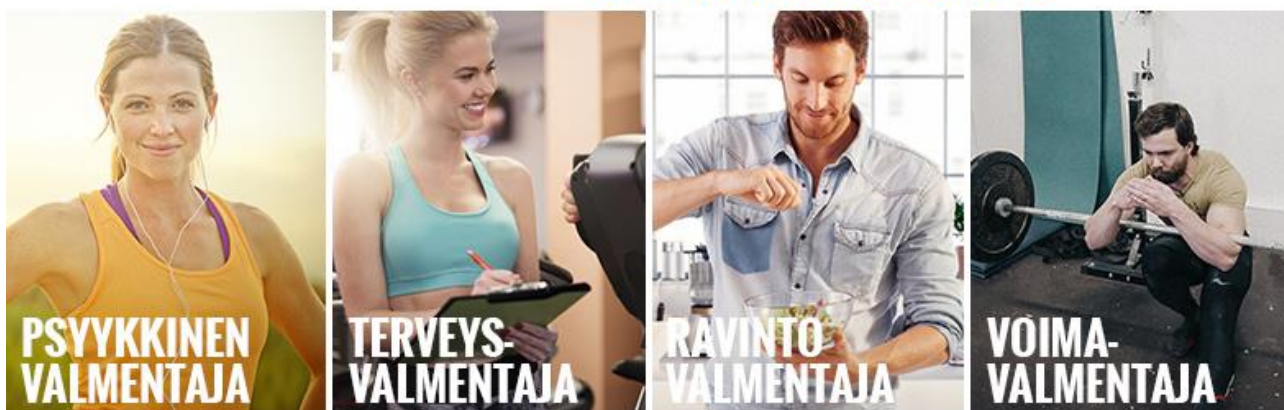


Trainer4You-jatkokoulutukset ovat liikunta- ja terveysalan ammattilaisille suunnattuja erikoistumisopintoja. Niiden avulla voit täydentää ja syventää osaamistasi psyykkisestä valmennuksesta, voimavalmennuksesta, terveystalennuksesta sekä ravintovalmennuksesta. Jatkokoulutusten tavoitteena on auttaa liikunta- tai terveysalan ammattilaista erikoistumaan ja erottumaan edukseen.

TUTUSTU UUSIIN JATKOKOULUTUKSIIN!



Voimavalmentaja -koulutus on nimensä mukaisesti voima- ja fysiikkavalmennuksen syventävä koulutusohjelma, jonka pääpaino on kehittävän voimaharjoittelun perusteissa ja syventävissä opinnoissa, harjoitusliikkeiden tekniikan sekä liikevariaatioiden ja -kehittelyiden opettelussa, harjoittelun ohjelmoinnissa, erikoistekniikoissa sekä eri voimaominaisuuksien optimoinnissa.

Psyykinen valmentaja -koulutus antaa käytännönläheiset valmiudet toimia psyykkisenä valmentajana ja muutosprosessin ohjaajana esimerkiksi osana liikunta- ja terveysneuvontaa. Koulutus pohjautuu tieteelliseen tutkimusnäyttöön ja niin kutsuttuun arvo- ja hyväksyntäpohjaiseen lähestymistapaan. Käytännön harjoitteet ja työkalut perustuvat psykologisen joustavuuden malliin ja käyttäytymisanalyysiin.

Koulutusta voidaan hyödyntää lukuisissa tehtävissä liikunta-alalla mm. liikuntaneuvonnassa, liikunnanohjauksessa, urheiluseuratyössä ja valmennuksessa.

Terveysvalmentaja -koulutus antaa ajantasaisen ja näyttöön perustuvan ymmärryksen siitä, miten eri elintapaisairauksiin voidaan positiivisesti vaikuttaa liikunnan ja ravitsemuksen keinoin. Koulutuksen jälkeen ymmärrät, milloin ja minkälainen liikunta kunkin elintapaisairausasiakkaan kohdalla on vaikuttavinta ja turvallista. Saat riittävät perustiedot ja -taidot eri elintapaneuvonnan perusteista sekä eri elintapaisairauksien diagnooseihin pohjautuvasta liikunta- ja ravitsemusneuvonnasta.

Ravintovalmentaja -koulutuksessa keskitymme erityisesti käytännön ravintovalmennusosaamiseen ja ravinto-ohjauksen tuloksekkaimpiin työkaluihin. Tärkeimmät oppiaineet pyörivät ravintofysiologian, ravitsemuspsykologian ja urheiluravitsemuksen ympärillä. Koulutuksen jälkeen osaat tehdä vaikuttavaa ravinto-ohjausta eri tyyppisille asiakkaillesi palvelemaan erilaisia tavoitteita sekä ymmärrät myös ravitsemuspsykologian pääteemat.

SLA ry:n jäsenenä saat Trainer4Youn jatkokoulutukset edulliseen kumppanihintaan! Tutustu koulutuksiin osoitteessa: <https://www.trainer4you.fi/sla-kumppaniedut>



**TERVEYS-
VALMENTAJA**



**RAVINTO-
VALMENTAJA**



**VOIMA-
VALMENTAJA**



**PSYKKINEN
VALMENTAJA**



Training Forum 2017 lähestyy!

Osta lippusi nyt

TRAINER YOU



JATKOKOULUTUKSET



TRAINER YOU

TRAINING FORUM

28.9.2017