



## Nūjošanas treneru/instruktoru kvalifikācijas celšanas seminārs 2016. gada 22. aprīlī

Rīgas Stradiņa universitātes Sarkanā Krusta medicīnas koledžā  
J. Asara iela 5, Rīga

**Sākums plkst.14.20, reģistrācija no plkst. 14.00 (219 auditorija)**

|               |  |
|---------------|--|
| 14.20 – 15.20 | <b>Nūjošana un onkoloģija</b><br>Ieva Vidmane- Ozola, Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas stacionārs Latvijas Onkoloģijas centrs, ķirurģe |
| 15.20 – 16.10 | <b>Nūjošana un elpošanas sistēmas slimības</b><br>Asoc. profesors Alvils Krams, plaušu slimību speciālists   |
| 16.10 – 18.00 | <b>Izturības treniņu metožu fizioloģiskais pamatojums</b><br><b>Andris Konrads-</b> Bioloģijas zinātņu doktors   |
| 18.10 – 19.10 | <b>Praktiskā nodarbība: Integrālais treniņš</b><br>INWA Valsts nūjošanas trenera Gaļina Gorbatenkova   |

Par dalību seminārā tiek piešķirtas 7 stundas.

**Apliecības** semināra dalībniekiem tiks izsniegtas semināra dienā **pēc pēdējās nodarbības**.

Informācija: Latvijas Tautas sporta asociācija, tālr. 67226215, 29412801, vai pa e-pastu [lsa@riga.lv](mailto:lsa@riga.lv), kā arī [www.sportsvisiem.lv](http://www.sportsvisiem.lv)

### **Sabiedriskais transports:**

Trolejbuss Nr.5, Nr.11 un Nr. 22 – pietura “J.Asara iela / Daugavas stadions”

Trolejbuss Nr.13 – pietura “J.Asara iela/ Grīziņkalns”

Autobuss Nr.3 – pietura “J.Asara iela/ Daugavas stadions”

Autobuss Nr.6; 13; 47; 50; 51 un 52 – pietura “Daugavas stadions”

Maršruta mikroautobuss Nr. 208; 212 un 213 (Centrs – Pļavnieki) – pietura “Daugavas stadions”

