

Instruktor kondiční chůze (kód: 74-014-H)

| | |
|---------------------------------------|--|
| Autorizující orgán: | Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy |
| Skupina oborů: | Tělesná kultura, tělovýchova a sport (kód: 74) |
| Týká se povolání: | Instruktor kondiční chůze |
| Kvalifikační úroveň NSK - EQF: | 3 |

Odborná způsobilost

| Název | Úroveň |
|---|--------|
| Orientace v anatomii a fyziologii člověka pro potřeby instruktorů kondiční chůze | 3 |
| Analýza držení těla při chůzi, analýza pohybových stereotypů pro potřeby kondiční chůze | 3 |
| Poskytování základního poradenství v oblasti zdravého životního stylu včetně zdravé výživy a pitného režimu | 3 |
| Poskytování první pomoci v lekcích kondiční chůze | 3 |
| Dodržování zásad bezpečnosti a prevence úrazů v lekcích kondiční chůze | 3 |
| Obsluha, nastavení a údržba chodeckých trenažérů a holí potřebných pro kondiční chůzi | 3 |
| Vysvětlení a předvedení technik kondiční chůze | 4 |
| Sestavení vhodného cvičebního plánu pro skupinovou a individuální lekci kondiční chůze | 4 |
| Modifikace cvičebního programu kondiční chůze pro specifické skupiny klientů | 4 |
| Vedení skupinové i individuální lekce kondiční chůze | 3 |

Platnost standardu

Standard je platný od: 01.08.2013