

**Advanced workshop „Geïntegreerde Strategie (deel 1): Assessment“ (2 dagen)**

*Tijdens deze twee dagen zal de student de mogelijkheid hebben om de begrippen anatomie en functionele biomechanica te verdiepen teneinde een evaluatie te maken van het lichaam in beweging om nadien toe te laten om een programma op te stellen in functie van de beweging van de klant. Na een verdiepende studie van de myofasciale lijnen en hun rol voor de houding, zullen wij een assessment en een functionele strategie ontwikkelen ter optimalisatie van de functie van de klant en zijn training.*

**Advanced workshop „Geïntegreerde Strategie (deel 2): Performance“ (1 dag)**

*De moeilijkheid in verband met de lichamelijke voorbereiding van atleten komt steeds neer op het zoeken naar wat het meest overdraagbaar is naar de praktijk van de specifieke activiteit met een hoger rendement. Hoe vlugger deze overdracht kan plaatsvinden, hoe sneller de atleet kan genieten van een betere performance. In deze workshop zien we hoe het lichaam werkelijk is gebouwd om de verschillende krachten te beheren en te creëren die door een economische en doeltreffende beweging ontstaan .*

**Advanced workshop „Geïntegreerde Strategie: Pathologieën“ (1 dag)**

*De heropleving van degeneratieve ziektes et rugpijnen weerspiegelt zich de laatste tijd in meer en meer klachten van onze klanten. Het is dus zeker van belang om het proces te begrijpen van enkele courante pathologieën. Daarnaast gaan we ook analyseren en determineren waar onze grens ligt van onze mogelijke interventies en een duidelijke positie definiëren ten opzichte van de medische en para-medische wereld met als doelstelling een zekere erkenning te krijgen en de mogelijkheid creëren om een samenwerking op te zetten met andere professionals.*

*Tijdens de workshop gaan we enkele pathologieën bekijken en begrijpen via een functionele benadering met als doel ons toe te laten te werken op preventie en de post-revalidatie te versterken van onze klanten. Deze workshop vraagt een goede kennis van anatomie algemeen en functioneel.*

**Advanced Workshop « Voeding» (1 dag)**

*Voeding is niet alleen een kwestie van het kiezen van voedingsmiddelen naargelang zij “goed” of “slecht” zijn, of het tellen van calorieën. Voeding is ook het optimaliseren van het metabolisme van de celeenheid van het leven, en de functies van ons lichaam. In deze workshops bieden we een glimp aan van de voeding als een aspect van de gezondheid van een systematische en functionele benadering, rekening houdend met de hele persoon.*

*Doel :*

*Geef aan de professional de basis praktijkkennis, waardoor hij zijn klant kan adviseren zonder*

*het voorschrijven van een dieet en dit in de geest van een verandering in zijn voedingspatroon, om zo resultaten op lange termijn te bekomen.*

*Inhoud:*

- *Herhaling over de fysiologie van de*
- *De voedingsstoffen die betrokken zijn bij cellevens en de gezondheid*
- *Functionele aspecten van de macro- en microvoedingsstoffen*
- *De microvoedingsstoffen en de gezondheid*
- *Het afslanken door een systematische benadering*
- *Levenshygiëne en voeding*