

Vzdělávací program akreditován MŠMT dne 3.2.2022 pod čj.: 30758/2021-4

OSVĚDČENÍ O REKVALIFIKACI

po úspěšném ukončení vzdělávacího programu rekvalifikačního kurzu, podle vyhlášky MŠMT č. 176/2009 Sb., kterou se stanoví náležitosti žádosti o akreditaci vzdělávacího programu, organizace vzdělávání v rekvalifikačním zařízení a způsob jeho ukončení, ve znění pozdějších předpisů.

Jméno a příjmení: Martina Mendlová

Datum narození: 18.6.1982 **Místo narození:** Chomutov

absolvoval(a) rekvalifikační program: **Instruktor Jógy**
pro pracovní činnost: **Instruktor Jógy**

Kurz proběhl v období od 30.5.2024 do 17.11.2024

V rozsahu	- teorie	50 vyučovacích hodin
	- praxe	z toho 30 distanční formou
		100 hodin

Vzdělávací program obsahoval tyto tematické celky:

Teorie: distanční/prezenční/Praxe

Orientace v anatomii	8/8 hod./0 hod.
Orientace ve fyziologii	10/0 hod./0 hod.
Poučení o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci	2/0 hod./0 hod.
Pedagogika a práce s klientem	2/0 hod./2 hod.
První pomoc při lekcích skupinového cvičení	0/1 hod./3 hod.
Psychologie a motivace	2/0 hod./4 hod.
Právo a sport	2/0 hod./0 hod.
Hygiena sportu a sportovní trénink	2/0 hod./2 hod.
Zdravý životní styl a zdravá výživa	2/0 hod./0 hod.
Dějiny a současnost jógy	0/3 hod./0 hod.
Pataňdžalího systém jógy	0/3 hod./3 hod.
Anatomie a fyziologie jógy	0/0 hod./12 hod.
Struktura lekce jógy (metodika a didaktika)	0/2 hod./8 hod.
Techniky ásan (pozic)	0/0 hod./14 hod.
Pránájáma, prátjáhára, koncentrace, relaxace	0/2 hod./12 hod.
Vedení lekce jógy	0/0 hod./27 hod.
Specifické skupiny klientů	0/1 hod./3 hod.
Jógové styly	0/0 hod./10 hod.

Jmenovaný(á) vykonal(a) úspěšně závěrečné zkoušky dne: 17.11.2024

V Praze dne 17.11.2024

Václav Krejčík
garant kurzu

L.S.



Jakub Šamberger
statutární zástupce
vzdělávacího zařízení