

برنامه های آموزشی آکادمی ملی المپیک و پارالمپیک در سال ۱۳۹۸

ردیف	عنوان دوره	زمان برگزاری	شهریه (به ریال)
۱	کارگاه آشنایی با تست های بیومکانیک *	۲۸ خرداد	۶۰۰/۰۰۰
۲	تمرینات فانکشنال با رویکرد قهرمانی (۲روز) **	۱۹-۲۰ تیر	۲/۵۰۰/۰۰۰
۳	دوره مقدماتی تربیت مربی بدنساز (مختلط) (۴روز) ****	۲۲-۲۵ تیر	۴/۲۰۰/۰۰۰
۴	دوره پیشگیری از آسیب (ویژه فوتبال و فوتسال)	۳۱ تیر	۱/۵۰۰/۰۰۰
۵	آموزش ارزشهای المپیک (OVEP) ویژه معلمان تربیت بدنی سراسر کشور(۲روز)	۱ - ۲ مرداد	-
۶	آزمونهای میدانی توان هوازی و بی هوازی *	۷ مرداد	۱/۵۰۰/۰۰۰
۷	دوره تربیت مربی ماساژ ورزشی (۱۰ روز)	۵ - ۱۶ مرداد	۱۵/۰۰۰/۰۰۰
۸	دوره مربی تغذیه ورزشی	۵ - ۱۵ مرداد	۱۱/۰۰۰/۰۰۰
۹	کارگاه مدیریت هیجانات مربیان المپیکی	۲۰ مرداد	-
۱۰	روش های تمرین *	۲۶ مرداد	۱/۵۰۰/۰۰۰
۱۱	برگزاری دوره تخصصی تریگرپوینت و ماساژ	۲۷ مرداد	۲/۵۰۰/۰۰۰
۱۲	کارگاه آموزشی تاریخ شفاهی (پیشرفته)	مرداد	-
۱۳	کارگاه آموزشی تاریخ شفاهی	مرداد	-
۱۴	کارگاه یک روزه روان شناسی ورزشی برای مربیان منتخب ۵ فدراسیون به درخواست فدراسیون های مربوطه	مرداد	۶۰۰/۰۰۰
۱۵	آموزش ارزشهای المپیک (OVEP) ویژه معلمان تربیت بدنی سراسر کشور(۲روز)	۳ - ۴ شهریور	-
۱۶	دوره تخصصی نسخه نویسی (پروتکل نویسی) در ماساژ (۲ روز)	۵ - ۶ شهریور	۳/۵۰۰/۰۰۰
۱۷	کارگاه آموزشی آشنائی با تمرینات داخل آب و لزوم اجرای تمرینات ورزشی در آب (ویژه ورزشکاران تیم های ملی)	۲۰ شهریور	۱/۵۰۰/۰۰۰
۱۸	تست های فانکشنال (FMS- SFMS- Y Balance- FCS) *	۲۳ شهریور	۱/۵۰۰/۰۰۰
۱۹	بیومکانیک آسیب ACL *	۲۴ شهریور	۱/۵۰۰/۰۰۰
۲۰	دوره تخصصی نسخه نویسی (پروتکل نویسی) در ماساژ (۲ روز)	۲۶ - ۲۷ شهریور	۳/۵۰۰/۰۰۰
۲۱	کارگاه حفظ اعتماد به نفس برای ورزشکاران شرکت کننده در بازی های المپیک توکیو ۲۰۲۰	شهریور	-
۲۲	کارگاه خواب شب مسابقه برای ورزشکاران شرکت کننده در بازی های المپیک توکیو ۲۰۲۰	شهریور	-
۲۳	دوره تربیت مربی ماساژ ورزشی (ویژه پارالمپیک) (۱۰روز)	۶ - ۱۷ مهر	۱۵/۰۰۰/۰۰۰
۲۴	دوره مقدماتی تربیت مربی بدنساز (مختلط) (۴روز) ****	۸-۱۱ مهر	۴/۲۰۰/۰۰۰
۲۵	تفسیر نتایج آزمونهای آمادگی جسمانی و کاربرد آنها در طراحی تمرین (ویژه مربیان و فدراسیونها) *	۲۳ مهر	۱/۵۰۰/۰۰۰
۲۶	دوره تخصصی تریگرپوینت و ماساژ	۲۱ مهر	۲/۵۰۰/۰۰۰
۲۷	دوره پیشگیری از آسیب (ویژه مربیان بدنساز فدراسیون های منتخب)	۲۴ مهر	۱/۵۰۰/۰۰۰
۲۸	کارگاه ملاحظات مربیگری برای ورزشکاران با معلولیت	مهر	۱/۵۰۰/۰۰۰
۲۹	بررسی نتایج تست های فیزیولوژیکی (گازهای تنفسی ، اسیدلاکتیک، وینگیت ، عکس العمل تا مراحل واماندگی) و طراحی تمرین براساس نتایج (۲روز) **	۸-۹ آبان	۲/۵۰۰/۰۰۰
۳۰	دوره تخصصی ارزیابی پوسچر و ماساژ اصلاحی (۳ روز)	۱۱ - ۱۳ آبان	۴/۸۰۰/۰۰۰
۳۱	روش های نوین تمرینات قدرتی *	۲۰ آبان	۱/۵۰۰/۰۰۰
۳۲	کارگاه آشنایی با تست های بیومکانیک *	۲۵ آبان	۶۰۰/۰۰۰

۲/۵۰۰/۰۰۰	۲۵ - ۲۶ آبان	سمینار دو روزه " مرگ ناگهانی در ورزشکاران " همچنین راه های پیشگیری از آن و ارائه برنامه غربالگری ملی در ارزیابی قلبی عروقی ورزشکاران	۳۳
۱/۵۰۰/۰۰۰	آبان	کارگاه جنبه های روان شناختی پیشگیری از آسیب های ورزشی	۳۴
-	آبان	کارگاه آموزشی تاریخ شفاهی	۳۵
-	آبان	کارگاه کنترل استرس برای ورزشکاران شرکت کننده در بازی های المپیک توکیو ۲۰۲۰	۳۶
۱/۵۰۰/۰۰۰	۳ آذر	کارگاه جامع زمانبندی تمرین *	۳۷
۱۱/۰۰۰/۰۰۰	۹ - ۱۹ آذرماه	دوره پیشرفته تربیت مربی بدنساز آقایان (۱۰روز)	۳۸
؟	آذر	۲ نوبت دوره ۲۰ ساعته مهارت های ذهنی برای مربیان منتخب استان ها	۳۹
۱/۵۰۰/۰۰۰	۱۴ دی	بیومکانیک آسیب ACL *	۴۰
۱/۵۰۰/۰۰۰	۲۳ دی	کارگاه آموزشی لزوم اجرای تمرینات ورزشی در آب(ویژه مربیان و سرپرستان تیم های ملی)	۴۱
۱/۵۰۰/۰۰۰	۲۵دی	روش های نوین تمرینات قدرتی *	۴۲
-	دی	کارگاه مربیگری موفق برای مربیان شرکت کننده در بازی های المپیک توکیو ۲۰۲۰	۴۳
۱/۵۰۰/۰۰۰	۵ بهمن	بیومکانیک تکنیک حرکات فانکشنال قدرتی *	۴۴
۱/۵۰۰/۰۰۰	۷ بهمن	کارگاه آموزشی آشنائی با تمرینات داخل آب و لزوم اجرای تمرینات ورزشی در آب (ویژه مربیان و سرپرستان تیم های ملی)	۴۵
۱۵/۰۰۰/۰۰۰	۱۹ - ۳۰ بهمن	دوره تربیت مربی ماساژ ورزشی (۱۰ روز)	۴۶
۱۱/۰۰۰/۰۰۰	۲۶ بهمن - ۶ اسفند	دوره پیشرفته تربیت مربی بدنساز بانوان (۱۰روز)	۴۷
-	بهمن	کارگاه آموزشی تاریخ شفاهی	۴۸
-	بهمن	کارگاه حفظ اعتماد به نفس برای ورزشکاران شرکت کننده در بازی های المپیک توکیو ۲۰۲۰	۴۹
-	اسفند	کارگاه خواب شب مسابقه برای ورزشکاران شرکت کننده در بازی های المپیک توکیو ۲۰۲۰	۵۰
-	اسفند	کارگاه کنترل استرس برای ورزشکاران شرکت کننده در بازی های المپیک توکیو ۲۰۲۰	۵۱
-	در طول سال ۹۸	دوره های مدیریت برای کاروان اعزامی به المپیک توکیو ۲۰۲۰(ویژه سرپرستان، مربیان و ورزشکاران به تعداد ۲۰ کارگاه آموزشی)	۵۲
-	در طول سال ۹۸	تورهای یک روزه آموزش المپیزم (۲۰ برنامه)	۵۳

توضیحات:

علامت (*) مقابل برخی از کارگاه ها و دوره های آموزشی نشان دهنده امتیاز اختصاص داده شده برای دوره ۱۰ روزه مربی بدنساز می باشد.

* = ۱۰ امتیاز ** = ۲۰ امتیاز *** = ۳۰ امتیاز **** = ۴۰ امتیاز