



Urnik usposabljanja za pridobitev naziva Vaditelj aerobike

Specialni del usposabljanja:

Datum	Ura	Predmet	Predavatelj	Prostor	Št. ur
Sobota, 18.4.2015	8:00 – 13:00	Osnovne zakonitosti glasbe in ritma (1) Osnovne gibalne strukture v aerobiki in njihovo povezovanje ob glasbi (4)	dr. Petra Zaletel	Plesna dvorana	5 ur
	14:00 – 17:45	“Cuing” – napovedovanje (1) Osnovne metode poučevanja v aerobiki (4)	dr. Petra Zaletel	Plesna dvorana	5 ur
Nedelja, 19.4.2015	9:30 – 12:45	Vadba metodike pred skupino	Nina Trantura	Plesna dvorana	4 ure
	13:00 – 17:00	Osnovna kineziologija vaj za moč oziroma oblikovanje telesa z lastno maso	Nina Trantura	Plesna dvorana	5 ur
Sobota, 9.5.2015	9:00 – 17:00	Druge oblike aerobike Funkcionalni trening Lik inštruktorja aerobike	dr. Petra Zaletel	Plesna dvorana	10 ur
Nedelja, 10.5.2015	9:00 - 11:15	Priprava na izpit	Nina Trantura	Plesna dvorana	3 ure
	11:15 – 13:30	Razvoj gibljivosti - stretching	Nina Trantura	Plesna dvorana	3 ure

Splošni del usposabljanja – bo določen naknadno!

