



SPOR BİLİMLERİ DERNEĞİ
EĞİTİMLERİ

Termal Görüntüleme



Performans Takibi



Yaralanma Riski Analizi

EĞİTİM YERİ



GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

ANTRENMAN YÜKÜ YÖNETİMİ VE YORGUNLUK MONİTÖRİZASYONU EĞİTİM PROGRAMI

9
MAYIS



BRAVOMED'İN KATKILARIYLA

CATAPULT

VALD⁺
HEALTH

EĞİTMEN:
DR. SÜMER ALVURDU

ANTRENMAN YÜKÜ YÖNETİMİ VE YORGUNLUK MONİTÖRİZASYONU

8 Saat
Teorik ve Uygulamalı Eğitim

KURS ÜCRETİ: 1000 TL

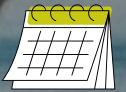
Spor Bilimleri Derneği üyeleri ve öğrencilerine %25 indirim



Eğitim programını başarıyla tamamlayan katılımcılara "Sertifika" verilecektir.



Gazi Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi



9 Mayıs 2023

EĞİTİM PROGRAMI

09.30 - 11.00 (Teorik)

Neden Sporcu Monitörizasyonu ?

Güncel monitörizasyon teknolojileri
Antrenman yükü takibi
Antrenmanın bireyselleştirilmesi
İç ve dış yük monitörizasyonu



11.00 - 11.15

11.15 - 12.45 (Teorik)

Antrenman Yükü Yönetimi

Genel adaptasyon sendromu modeli
Fitness - yorgunluk modeli
Akut - kronik iş yükü
Haftalık yük planlaması



12.45 - 13.30

13.30 - 14.30 (Teorik)

Yorgunluk Monitörizasyonu

Kalp atım hızı değişikliği (HRV)
Nöromusküler yorgunluk
Kassal asimetri (Termografi)

15.00 - 17.30 (Uygulama)

Yaralanma Riski Analizi

İzometrik kas kuvveti ölçümü
Kas kuvveti asimetrisi ve yaralanma riski değerlendirmesi

VALD PERFORMANCE / HEALTH
NordBoard - Force Frame - Force Deck

Termal Görüntüleme

Yorgunluk monitörizasyonu ve kızılötesi termal kamera ile asimetri analizi ve yorumlanması

FLIR TERMAL KEMARA ve YAZILIMLAR



17.30 - 17.45

17.45 - 19.45 (Uygulama)

Performans Takibi

Aksiyon Alma - Performans parametrelerinin analizi ve yorumlanması

CATAPULTSPORTS VECTOR S7
Türkiye'deki ilk kapalı alan (LPS) performans takip sistemi



SPOR BİLİMLERİ DERNEĞİ
EĞİTİMLERİ



KAYIT İÇİN



KODU TARA

BRAVOMED'İN KATKILARIYLA