

## תוכנית קורס פעילות גופנית לאוכלוסיות מיוחדות

<u>18:30 – 19:30</u>		<u>17:00 – 18:00</u>		<u>15:30 – 16:30</u>		<u>13:00 – 14:30</u>	
אימון מחזורי מעשי מיכל עצמון	הפסקה	עקרונות אימון אירובי ואנאירובי מיכל עצמון	הפסקה	עקרונות אימון אירובי ואנאירובי מיכל עצמון	הפסקה	שיחת פתיחה עקרונות על באימון גופני. ד"ר מיכל עצמון	מפגש 1 28.2.22 13:00-19:30
המשך פרופ' רוברט קלמפנר	הפסקה	הפרעות קצב ואק"ג בסיסי. פרופ' רוברט קלמפנר.	הפסקה	אי ספיקת לב, מחלות מסתמים פרופ' רוברט קלמפנר.	הפסקה	פתופיזיולוגיה של הלב, מחלות לב שכיחות, מצבי סיכון ומניעה, טיפול תרופתי. פרופ' רוברט קלמפנר.	מפגש 2 7.3.22 13:00-19:30
אימון אירובי ל"ד מעשי מיכל + גליה	הפסקה	תיאורי מקרה	הפסקה	המלצות והתוויות לאימון גופני לחולי לב כרוני - המשך גליה בוגומילסקי	הפסקה	המלצות והתוויות לאימון גופני לחולי לב כרוני גליה בוגומילסקי	מפגש 3 14.3.22 13:00-19:30
אימון כוח מעשי מיכל + גליה	הפסקה	תיאורי מקרה	הפסקה	יתר לחץ דם, מחלות כלי דם פריפריות - המשך גליה בוגומילסקי	הפסקה	יתר לחץ דם, מחלות כלי דם פריפריות. גליה בוגומילסקי	מפגש 4 21.3.22 13:00-19:30
אימון אינטרוולים מעשי מיכל + גליה המפגש מסתיים בשעה 20:00	הפסקה	תיאורי מקרה	הפסקה	התוויות פעילות גופנית לחולי סוכרת מיכל עצמון	הפסקה	מחלת הסוכרת - פתופיזיולוגיה, טיפול תרופתי ד"ר נעמה פלץ סינואני	מפגש 5 28.3.22 13:00-20:00
שיחת סיכום. מיכל + גליה המפגש מסתיים בשעה 20:00	הפסקה	תיאורי מקרה מיכל + גליה	הפסקה	קוצבי לב גליה בוגומילסקי	הפסקה	מבחני מאמץ ובדיקות לב גליה בוגומילסקי	מפגש 6 4.4.22 13:00-20:00