



## **HRVATSKI SAVEZ NORDIJSKOG HODANJA organizira:**

TEČAJ ZA STJECANJE NAZIVA:

### **«INWA VODITELJ Nordijskog hodanja»**

*Obuhvaća sljedeće teme:*

- + POVIJEST NORDIJSKOG HODANJA
- + ORGANIZCIJA INWA – INTERNATIONAL NORDIC WALKING ASSOCIATION
- + RAZVIJANJE I SMJERNICE RAZVOJA NW U RAZLIČITIM EUROPSKIM DRŽAVAMA
- + OSNOVNA TEHNIKA
- + SNIMANJE i ANALIZA OSNOVNE i NAPREDNE TEHNIKE
- + DOBAR NW ŠTAP
- + OSNOVE DEFINIRANJA i PRAĆENJA OPTEREĆNJA TIJEKOM VJEŽBANJA
- + NAPREDNA TEHNIKA – praktično
- + METODIČKI/DIDAKTIČKI ELEMENTI UČENJA TEHNIKE NW
- + STRUKTURA SATI NW-a ZA KLIJENTE
- + ORGANIZIRANOST U HRVATSKOJ
- + MEDICINSKA ISTRAŽIVANJA I ZNANSTVENI ČLANCI O NW
- + ULOGA ZDRAVSTVENOG STRUČNJAKA PRI PROMOCIJI NORDIJSKOG HODANJA

Tečaj vode: Glavni INWA nacionalni treneri i INWA instruktori

**Tečaj počinje u prostorijama SRC JARUN (Aleja Matije Ljubeka bb) ili ispred restorana LEUT**  
2 dana predavanja + naknadno ispit. Prva dva dana **21.-22. Ožujka 2015 od 10:00 do 17:00,**  
završni ispit u 18.04.2015. pred komisijom.

**Polaznici/ce tečaja moraju imati laganu sportsku odjeću, trenirku, primjerenu obuću za hodanje u prirodi**

**Cijena: 1.500 kn**

---

**PRIJAVE NA TEČAJ I PLAĆANJE KOTIZACIJE je na Hrvatski savez nordijskog hodanja (Vlaška 40, 10 000 Zagreb):**

**IBAN: HR6925030071100089839**

**(prijave po e-mailu: [info@larussport.hr](mailto:info@larussport.hr), [kresimir\\_ritz@hotmail.com](mailto:kresimir_ritz@hotmail.com))**

tel: 099 400 78 93, 098 319 480