

برگزاری کارگاه تخصصی تغذیه بدنسازی در هفته تربیت بدنی شهرستان قدس

به مناسبت هفته ملی تربیت بدنی، هیئت بدنسازی و پرورش اندام شهرستان قدس، کارگاه آموزشی و تخصصی تغذیه در بدنسازی را با حضور مربیان فعال و با سخنرانی دکتر توحید خانواری در سالن همایش آتش‌نشانی، ایستگاه ۴ برگزار کرد.

به گزارش روابط عمومی اداره ورزش و جوانان شهرستان قدس؛ به همت هیئت بدنسازی و پرورش اندام شهرستان قدس، کارگاه آموزشی و تخصصی «تغذیه در بدنسازی» با هدف ارتقای سطح دانش فنی مربیان و ورزشکاران با حضور حسن پارسافر، رئیس اداره ورزش و جوانان شهرستان، هادی نادری، رئیس و اعضای هیئت بدنسازی شهرستان اجرا شد.

این کارگاه با مشارکت فعال مربیان خانم و آقای فعال در سطح شهرستان برگزار شد که تمرکز اصلی آن بر مباحث کلیدی از جمله «مدیریت گروه های خاص» و «بهینه سازی عملکرد ورزشی از طریق تغذیه» بود.

در بخش تخصصی این برنامه، دکتر توحید خانواری، مربی تغذیه تیم های ملی، به ارائه مباحث علمی و کاربردی پرداخت و به مربیان و حاضرین در زمینه نقش حیاتی تغذیه در رسیدن به اهداف ورزشی آموزش های لازم را ارائه کرد.

در پایان این برنامه، ضمن قدردانی از حسن پارسافر رئیس اداره ورزش و جوانان و محسن همیانی رئیس سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهرداری، از زحمات و خدمات ارزشمند فرزین کاشانی، از پیشکسوتان گرامی این رشته، تجلیل به عمل آمد.

/انتهای پیام/