



INSTITUT
moderní výživy

Londýnská 730/59,
Vinohrady (Praha 2),
120 00 Praha

Institut Moderní Výživy uděluje:

CERTIFIKÁT

o absolvování specializačního kurzu pro trenéry

JAK PRACOVAT S OBÉZNÍMI KLIENTY

Jméno: Denisa Dědinová

Hlavní osnova kurzu:

- Jak komunikovat s klientem s obezitou?
- Vhodný pohybový režim a jeho vliv na redukci hmotnosti
- Výhody a nevýhody konkrétních pohybových aktivit
- Důležitost silového tréninku u klientů s obezitou
- Nastavení tréninkového programu v rámci silového tréninku
- Specifika silového tréninku v závislosti na konkrétních zdravotních omezeních typických pro klienty s obezitou
- Modifikace a bezpečné provedení cviků
- Genetika obezity a specifika obézních klientů
- Základy dietní léčby obezity
- Jak interpretovat výsledky z InBody
- Kazuistiky z nutriční poradny
- Psychoterapie a koučink obézních klientů
- Další metody léčby obezity – reálný význam suplementů, farmakoterapie a bariatrické chirurgie a jejich praktický vliv na trénink obézních klientů ve fitness centru

Účastník/ce absolvoval/a kurz v plné délce.

V Praze dne 8. 2. 2026

Mgr. Bc. Jan Stuparič

Ing. Lukáš Roubík