

Témata MV AKPIN-senioři- Biologie stárnutí

(zadání a domluva na semináři)

1.Diagnostika a rozvoj funkčního stavu – síla DK

2.Diagnostika a rozvoj funkčního stavu – rychlost a prostorová orientace

3. Diagnostika a rozvoj funkčního stavu – vytrvalost

4.Diagnostika a rozvoj funkčního stavu – rovnováha

5.Diagnostika a rozvoj funkčního stavu – flexibilita

6.Diagnostika a rozvoj paměťových funkcí

7.Pohybová intervence zaměřená na oblast psychosociální