

Strokovna konferenca GIBANJE JE ZDRAVJE – torek, 18. 11. 2014

PROGRAM:

14.30 – 15.00 - zbiranje, prijave, prevzem brezplačne monografije

15.00 Uvod - **doc. dr. Bojan Knap**

15.15 - 15.30 Kaj je pomembnejše za zdravje: telesna vadba ali zdrava prehrana? - **dr. Nada Rotovnik Kozjek**

15.30 - 15.45 Smo zaradi telesne aktivnosti bolj radoživi? - **mag. Aljoša Danieli**

15.45 – 16.00 Je tek primeren za sklepni hrustanec? - **prof. dr. Matjaž Veselko**

16.00 - 16.15 Telesna vadba in srce (prispevek pok. akademika prof. dr. Matije Horvata) – **doc. dr. Bojan Knap**

16.15 - 16.30 Telesna vadba in živčevje (prispevek prof. dr. Antona Grada in dr. Mateje Baruca) – **mag. Aljoša Danieli**

16.30 - 16.45 Telesna vadba in žilje - **prof. dr. Aleš Blinc**

Odmor s kavo

17.00 - 17.15 Obremenilni testi za oceno telesne vzdržljivosti - **dr. Radoje Milič**

17.15 - 17.30 Staranje in telesna aktivnost – **prof. dr. Vito Starc**

17.30 - 17.45 Telesna aktivnost v luči vrhunstva – **prof. dr. Branko Škof**

17.45 – 18.00 Doping in telesna aktivnost – **prof. dr. Mitja Lainščak**

18.00 - 18.15 Zakaj moramo teči? - **doc. dr. Bojan Knap**