



TÜRKİYE
HERKES İÇİN SPOR
FEDERASYONU
TURKISH SPORT FOR ALL FEDERATION

TÜRKİYE HERKES İÇİN SPOR FEDERASYONU
WELLNESS 1. KADEME YARDIMCI EĞİTMENLİK KURSU
18-23 EKİM 2021 - MUĞLA

Muğla'da 18-23 Ekim 2021 tarihleri arasında Wellness 1. Kademe Yardımcı Eğitimlik Kursu düzenlenecektir.

KURS GÜNÜ GETİRİLMESİ GEREKEN EVRAKLAR

1-) Kurs bilgilendirme ve onay metni **(İlan içerisinde mevcuttur)**

2-)Muvafakatname **(İlan içerisinde mevcuttur)**

3-)Sağlık beyanı **(İlan içerisinde mevcuttur)**

*****Kursu başarıyla tamamlayan kursiyerlerimizin belgeleri notlar sisteme girildikten sonra Spor Bilgi Sistemi üzerinde e-imzalı olarak oluşturulabilecektir. Tarafınıza Fiziki belge gönderilmeyecektir.**

Kurs ile ilgili detaylı bilgiler aşağıdadır.

WELLNESS 1. KADEME YARDIMCI EĞİTMENLİK KURSU	
KURSun ADI	WELLNESS 1. KADEME YARDIMCI EĞİTMENLİK KURSU
İLi	MUĞLA
YAPILACAĞI YER	İleri tarihte açıklanacaktır.
KURSun TARİHİ	18-23 Ekim 2021
SON BAŞVURU TARİHİ VE SAATİ	14 Ekim 2021 Saat: 17.00



**YARDIMCI
EĞİTİMEN EĞİTİMİ
KURSUNA
KATILACAKLARDA
ARANILACAK
KOŞULLAR**

1. Türkiye Cumhuriyeti Vatandaşı olmak,
2. En az Lise veya dengi okul mezunu olmak,
3. Görevini yapmaya mâni fiziki engeli bulunmamak,
4. Taksirli suçlar ile kısa süreli hapis cezasına seçenек yaptırımlara çevrilmiş veya aşağıda sayılan suçlar dışında tecil edilmiş hükümler hariç olmak üzere, kasten işlenen bir suçtan dolayı bir yıl veya daha fazla süreyle hapis cezasına ya da affa uğramış olsa bile Devletin güvenliğine karşı suçlar, anayasal düzene ve bu düzenin işleyişine karşı suçlar, zimmet, irtikâp, rüşvet, hırsızlık, dolandırıcılık, sahtecilik, güveni kötüye kullanma, hileli iflas, ihaleye fesat karıştırma, edimin ifasına fesat karıştırma, suçtan kaynaklanan malvarlığı değerlerini aklama, kaçakçılık veya cinsel dokunulmazlığa karşı suçlar, fuhuş, uyuşturucu ve uyarıcı madde imal ve ticareti, kullanımı, kullanımını kolaylaştırma, kullanmak için satın alma, kabul etme veya bulundurma, haksız mal edinme, şike ve teşvik primi suçlarından mahkûm olmamak,
5. En az on sekiz yaşını bitirmiş olmak,
6. 13/7/2019 tarihli ve 30830 sayılı Resmî Gazete 'de yayımlanan Spor Disiplin Yönetmeliği ile 3289 sayılı Kanun kapsamında kurulan spor federasyonlarının disiplin veya ceza talimatlarına göre son üç yıl içinde olmak şartıyla bir defada altı aydan fazla veya toplamda bir yıldan fazla ceza almamış olmak.

KURS ÜCRETİ VE ÖDEME BİLGİLERİ

ÜCRET:	1.250,00 Türk Lirası
BANKA:	Türk Ekonomi (TEB) Bankası
HESAP ADI:	TÜRKİYE HERKES İÇİN SPOR FEDERASYONU
Not 2:	Kursa katılacak adaylar, E-Devlet kaydından sonra Türkiye Cumhuriyeti Kimlik Numaralı ile Teb Bankası gişe veya Teb Bank Mobil Uygulaması üzerinden (Fatura Ödeme Ekranı- GSB ve Federasyon Ödemeleri Hesabı) kurs ücretini (1250 Türk Lirası) yatıracaklardır.

KURSA BAŞVURU HAKKI

14.12.2019 tarih ve 30978 sayılı Resmi Gazetede yayımlanan Antrenör Eğitimi Yönetmeliği gereğince; bu kursa üniversitelerin Spor Bilimleri alanında lisans eğitimi veren fakülte veya yükseköğretim mezun olan ve Spor Eğitimi ve Araştırmaları Daire Başkanlığı tarafından Anadolu Üniversitesi iş birliğinde düzenlenen "Temel Eğitim" Kursundan başarılı olanlar katılabileceklerdir.

Not3: Kayıt yapan adaylar, kurs ücretini en geç 14.10.2021 tarihi mesai bitimine kadar yatırmalıdır.



- Tüm hakların Türkiye Herkes İçin Spor Federasyonu Başkanlığı tarafından saklı kalması koşuluyla, oluşabilecek aksi durumlar halinde ders programında (eğitmen, ders günleri ve saati) katılımcılara sonradan bilgi vermek koşuluyla değişiklik/değişiklikler yapılabilecektir.

WELLNESS 1. KADEME YARDIMCI EĞİTMENLİK KURSU DERS ÇİZELGESİ				
KURS YERİ			MUĞLA	
BAŞLANGIÇ TARİHİ			BİTİŞ TARİHİ	
18.10.2021			23.10.2021	
ÖZEL EĞİTİM DERSLERİ				
TARİH	SAAT		DERS	SAAT
18.10.2021	08:30	16:30	FİZİKSEL UYGUNLUK BİLEŞENLERİ VE EGZERSİZ	8
	16:30	20:30	HERKES İÇİN SPOR YAŞAM KALİTESİ VE WELLNESS	4
19.10.2021	08:30	12:30	DOPİNGLE MÜCADELE	4
	12:31	16:31	SPORCU BESLENMESİ VE ERGONOJİK YARDIMCILAR	4
	16:32	20:32	BİREYSEL ANTRENMAN VE YAŞAM KOÇLUĞU	6
20.10.2021	08:30	16:30	ANTRENMAN İLKELERİ (Genel-Bireysel-Fonksiyonel)	8
	16:31	20:31	SPOR YARALANMALARI, KORUMA VE İLK YARDIM	4
21.10.2021	09:00	13:00	EV VE BÜRO EGZERSİZ UYGULAMALARI	4
	13:15	17:15	FARKLIMATERYALLERLE EGZERSİZ	4
22.10.2021	09:00	13:00	FARKLI YAŞ VE SAĞLIK DURUMLARINDA EGZERSİZ	4
	13:15	17:15	RİTİM EĞİTİMİ VE GRUP EGZERSİZİ	4
23.10.2021	08:30	14:30	WELLNESS ÖZEL ANTRENMAN BİLGİSİ	6
	14:30	18:30	SINAV	4



WELLNESS UYGULAMALI EĞİTİM MÜFREDATI

Dersin Adı	1.Kademe	2.Kademe	3.Kademe
His Yaşam Kalitesi ve Wellness	4	4	4
Spor Yaralanmaları, Koruma ve İlk Yardım	4	-	-
Fiziksel Uygunluk ve Ölçme Teknikleri	-	4	-
Sporcu Beslenmesi ve Ergojenik Yardımcılar	4	-	-
Farklı Yaş ve Sağlık Durumlarında Egzersiz	4	-	-
Egzersiz Testi ve Reçetesi Hazırlama	-	6	-
Bireysel Antrenman ve Yaşam Koçluğu	6	6	8
Fiziksel Uygunluk Bileşenleri ve Egzersiz	8	-	-
Antrenman İlkeleri (Genel-Bireysel-Fonksiyonel)	8	6	-
Ritim Eğitimi ve Grup Egzersizi	4	6	6
Wellness Özel Spor Tesis İşletmeciliği	-	4	4
Farklı Materyallerle Egzersiz	4	6	6
Ev, Büro ve Günlük Yaşam Egzersizleri	4	4	-
Wellness Özel Antrenman Bilgisi	6	8	8
Spor Yaralanmaları Sonrası Rehabilitasyon	-	6	6
Dopingle Mücadele	4	4	4
Antrenman Periyotlaması	-	8	8
Wellness Teknik-Taktik	-	-	40
Toplam Saat	60	72	96