

MEDICAL CHECK POINT

FIZIO GROUP

1. Fizikalna terapija indibom

- kod svih bolnih stanja i sindroma (vrat, donja leđa, ramena, kukovi...)
- upale mišića i tetiva
- ruptуре mišića, distorzije zglobova

2. Tretmani kod žena indibom

- Postporođajni problemi, rezovi, carski rezovi, dijastaze
- Ginekološki problemi
- tretmani ožiljaka nakon kozmetičkih i drugih intervencija

3. Testiranje različitih kretnih obrazaca, asimetrija i disbalansa FORCE DECK-om za sportiste i rekreativce, odrasle i decu

4. Fizio Kids

- otklanjanje svih vrsta deformiteta manjeg ili većeg stepena
- poboljšavanje kretnih obrazaca (celokupne motorike) kod dece

POKRET ZA OKRET

- Posturalna analizu (analizu držanja tela), funkcije stopala, testovi rizika od povreda, funkcije pojedinačnih većih zglobova sa aspekta snage mišića i obima pokreta, analiza telesnog sastava impedancijom tela specijalno za decu od 3 do 15 godina.

VISOKA SPORTSKA I ZDRAVSTVENA ŠKOLA

- Masaže

PROFEX AKADEMIJA

- Plantografija, kompletna telesna struktura sa sugestijama u držanju i kretnim činovima, planovi ishrane.

Svi sadržaji su besplatni uz kupljenu ulaznicu za Sajam. Za kongres neophodna prethodna prijava na mejl.

BELFIS

FITNESS • WELLNESS • ZDRAVLJE

SAJAM FITNESA,

PROGRAM

WELLNESS I ZDRAVLJA

2024

2. I 3. NOVEMBAR, ATLETSKA DVORANA, BEOGRAD



PODRŠKA:



SPONZORI:



MEDIJSKI SPONZOR:



MAIN STAGE

SUBOTA, 2. NOVEMBAR

- 11:00 – 12:00 Kočović freestyle - Sportska akademija Kočović
12:45 – 13:15 Svečano otvaranje sajma Belfis
13:15 – 14:00 Funkcionalni trening by Mia fit
14:00 – 15:00 Kružni trening by Athletic's gym
15:00 – 17:00 All stars: Tamara Ratković - BodyArt, Sanja Kocić - Kick workout, Emil Pavelkić - Urban combat, Nina Stojadinović Anđelković - Functional mobility
17:00 – 18:30 Zumba fitness - Zumba Srbija

NEDELJA, 3. NOVEMBAR

- 12:00 – 13:00 Femme fatale training - Bojana Matić
13:00 – 14:00 Gluteus building laboratory - Tatjana Tasić, Impact fitness
14:00 – 15:00 Spinning - Lazar Dimitrijević, powered by ActivLab
15:00 – 16:00 Piloxing - Barbara Jelenković, Piloxing elite star
16:00 – 17:30 Kangoo jumps - Kangoo Srbija: Dušica Kovjanić, Andrea Lorik, Anđela Randelović

FUNKCIONALNA ZONA

SUBOTA, 2. NOVEMBAR

- 12:00 – 16:00 Serbia open: Takmičenje u funkcionalnom fitnessu
16:00 – 18:00 Hard body - Impact fitness (radionica)

NEDELJA, 3. NOVEMBAR

- 10:30 – 12:00 Kettle&Body workshop - Gordan Nešović
13:00 – 14:30 Otvoreni OCR trening - Miloš Rajičević, Zmajolana fitness&OCR centar

TRX ZONA

SUBOTA, 2. NOVEMBAR

- 12:00 TRX challenge
14:00 TRX Ybell training
16:00 TRX challenge

NEDELJA, 3. NOVEMBAR

- 12:00 TRX challenge
14:00 TRX training

BUSINESS MILE

NEDELJA, 3. NOVEMBAR

- 11:00 – 12:00
Pozivna trka na stazi dužine jednu milju.

ZONA EDUKACIJE XIV EVROPSKI FITNES KONGRES

Konferencijska sala – Atletska dvorana

SUBOTA, 2. NOVEMBAR

Moderator: prof. dr Aleksandar Ivanovski

- 10:00 – 10:30 Prijavlivanje učesnika / foaje konferencijska sala
10:30 – 10:45 Svečano otvaranje - Predsednik saveza Nebojša Stojanoski
10:45 – 11:15 Trening snage i gojaznost - prof. dr Nebojša Čokorilo
11:30 – 12:00 Muzika i fitnes programi - prof. dr Sanja Mandarić
12:15 – 12:45 Praćenje potreba klijenata: Značaj anketa u oblikovanju sportske industrije - Msc. Sofia Gkatzaveli
12:45 – 13:15 Pauza / Svečano otvaranje sajma BELFIS
13:15 – 13:45 Sistem uspešne komunikacije u fitnes industriji - Nataša Nikolov
14:00 – 14:30 Mineral koji pravi razliku: Zašto je magnezijum važan za zdravo vežbanje - prof. dr Janko Samardžić
- Predavanja:**
17:00 – 17:30 Primena body&mind programa u fitnesu - dr Tamara Ratković
17:30 – 18:00 Kvalitet u fitnesu: Šta je kvalitetan fitnes trener? - Nina Stojadinović Anđelković

NEDELJA, 3. NOVEMBAR

- 10:00 – 13:00 Novi olimpijski ciklus LA 2028 - seminar Streličarski savez Srbije
14:00 – 15:00 Istraživanje o zloupotrebi doping supstanci u rekreativnoj populaciji u Srbiji - Tvoje telo tvoj izbor, reci NE! DOPINGU - Dr Milica Vukašinović Vesić

DEČIJA ZONA

SUBOTA, 2. NOVEMBAR

- 10:00 – 18:00 Školica sporta Sportska bajka

NEDELJA, 3. NOVEMBAR

- 11:00 – 13:00 Ritmička gimnastika Hula Hop
13:00 – 18:00 Školica sporta Sportska bajka