

ACE EINKAÞJÁLFARANÁMSKEIÐ 2010



Dagsetning, tími	Kaflaheiti	Kaflí	Kennari
Lau 18. september			
Kl. 9:00-12:00	Exercise Physiology	1	GF
Kl. 13:00-17:00	Human Anatomy	2	GF
Sun 19. september			
Kl. 9:00-12:00	Biomechanics and Applied Kinesiology	3	GF
Kl. 13:00-15:00	Biomechanics and Applied Kinesiology	3	GF
Kl. 15:00-17:00	Undirbún. fyrir verkl.,einkaþj.í 4 vikur		GF
Skyndihjálparnámskeið, sunnudaginn 26. september kl. 10:00-16:00			
Lau 2. október			
Kl. 9:00-11:00	Testing and Evaluation	6	GF
Kl. 11:00-13:00	Cardiorespiratory Fitness and Exercise	7	GF
Kl. 14:00-17:00	Verklegt 6. og 7. kaflí	6,7	GF
Sun 3. október			
Kl. 9:00-10:30	Musculoskeletal Injuries	16	GF
Kl. 10:30-12:30	Emergency Procedures	17	GF
Kl. 13:30-16:00	Legal Guidelines	18	GF
Kl. 16:00-17:00	Special Populations and Health Concerns	12	GF
Lau 16. október			
Kl. 9:00-13:00	Nutrition	4	MK
Kl. 14:00-16:00	Basic of Behaviour change and Health Psyc	15	GF
Sun 17. október			
Kl. 9:00-11:00	Health Screening	5	GF
Kl. 11:00-12:30	Flexibility	10	GF
Kl. 13:30-16:00	Programming for Healthy Adult	11	GF
Lau 30. október			
Kl. 9:00-10:30	Muscular Strength and Endurance	8	GF
Kl. 10:30-12:00	Strength Training Program Design	9	GF
Kl. 13:00-14:30	Principles of Adherence and Motivation	13	GF
Kl. 14:30-17:00	Communication and Teaching Techniques	14	GF
Sun 31.október			
Kl. 9:00-15:00	Verklegt, kaflar 8,9,13,14		GF
Bóklegt er kennt í Háskóla Reykjavíkur en verklegt í Hreyfingu			
Prófið er laugardaginn 20. Nóvember í Háskóla Reykjavíkur, mæting kl. 09:30			

GF - Guðbjörg Finnsdóttir, íþróttakennari

MK-Melkoka Árný Kvaran, næringarfræðingur