



en



organiseren:

cursus

HIGH-INTENSITY INTERVAL TRAINING: *WETENSCHAP IN PRAKTIJK*

Doelgroep:	Fysiotherapeuten (algemeen practicus, hart-, vaat- en long, sport), (personal) trainers en overige geïnteresseerden
Accreditatie:	KNGF (6 punten voor de registers algemeen practicus en sportfysiotherapie)
Organisatie:	ExerScience & The Physiology Academy
Datum:	Zaterdag 16 maart 2019
Locatie:	Leiden, Leids Universitair Medisch centrum
Kosten:	€ 300,- (incl. BTW, verzorging en cursusmateriaal)
Docenten:	dr. Maarten Werkman, <i>klinisch inspanningsfysioloog, fysiotherapeut</i> dr. Bart C. Bongers, <i>medisch fysioloog</i> dr. Erik H.J. Hulzebos, <i>medisch fysioloog, (sport)fysiotherapeut</i> dr. Tim Takken, <i>medisch fysioloog</i>

VOORLOPIG PROGRAMMA

09:00 – 09:30 uur	<i>Ontvangst en registratie</i>
09:30 – 09:45 uur	Welkom!
09:45 – 10:30 uur	Inspanningsfysiologie van intervaltraining
10:30 – 10:45 uur	<i>Pauze</i>
10:45 – 11:45 uur	Trainingsfysiologie en trainingsleer
11:45 – 12:00 uur	Q&A
12:00 – 13:00 uur	<i>Lunch</i>
13:00 – 13:45 uur	Principes van high-intensity intervaltraining
13:45 – 14:30 uur	Praktijkopdracht: live uitvoer en interpretatie steep ramp test protocol
14:30 – 15:15 uur	High-intensity intervaltraining binnen het cardiale, pulmonale en metabole domein
15:15 – 15:30 uur	<i>Pauze</i>
15:30 – 16:15 uur	Praktijkopdracht: opzet high-intensity intervaltrainingsprogramma bij casuïstieken
16:15 – 16:45 uur	Nabespreking praktijkopdrachten
16:45 – 17:00 uur	Q&A
17:00 uur	<i>Afsluiting</i>

INHOUD EN LEERDOELEN

Tijdens deze cursus krijgt u meer inzicht de (inspannings)fysiologie achter fysieke training, met een speciale focus op high-intensity interval training (HIT) en de klinische toepassingen daarvan binnen het cardiopulmonale en metabole domein. Daarnaast wordt ingegaan op de fysiologische rationale van de steep ramp test als een eenvoudige en korte maximale inspanningstest om HIT op maat in te stellen voor de individuele patiënt binnen het cardiopulmonale en metabole domein. Daartoe wordt live een steep ramp test uitgevoerd, geanalyseerd en gebruikt voor het opstellen van een HIT programma. De dag wordt afgesloten met een interactieve sessie met casuïstiek. De cursus staat onder leiding van dr. Maarten Werkman, dr. Bart Bongers, dr. Erik Hulzebos en dr. Tim Takken. Allen zijn werkzaam als klinisch inspanningsfysioloog en/of fysiotherapeut.

De cursus is gericht op iedereen die fysieke trainingsinterventies inzet in de klinische setting. Na deze cursus:

- heeft de cursist kennis van de inspanningsfysiologische rationale van training binnen het klinische domein;
- kan de cursist nieuwe inspanningsfysiologische trainingsprincipes toepassen bij patiënten binnen het cardiopulmonale en metabole domein;
- kent de cursist de fysiologische rationale van de steep ramp test en kan hij of zij deze test toepassen ten aanzien van het instellen van HIT.

VOORWAARDEN

De cursussen van ExerScience en The Physiology Academy vinden alleen bij voldoende deelnemers doorgang. De genoemde prijzen zijn geldig voor 2019, inclusief BTW. In elk bedrag is het inschrijfgeld verwerkt. Inschrijving is mogelijk door het insturen van een volledig ingevuld inschrijfformulier en betaling van de toegezonden factuur onder vermelding van de naam en datum van de cursus en de naam van deelnemer(s). Inschrijving is pas compleet als genoemde betaling is ontvangen. Telefonische aanmelding is niet mogelijk.

Selectie geschiedt op datum van binnenkomst van zowel inschrijving als betaling. Bij overschrijding van het deelnemersaantal kan men op de wachtlijst worden geplaatst. ExerScience en The Physiology Academy behouden zich het recht om door omstandigheden cursussen te annuleren, te verplaatsen en/of het programma te wijzigen. Alle cursussen worden gehouden onder voorbehoud van voldoende deelname. De minimale deelname zal per cursus worden bepaald. Bij onvoldoende deelname wordt de cursus geannuleerd. Degenen die zich hebben ingeschreven voor een cursus die geannuleerd moet worden, berichten wij hierover uiterlijk één maand voor aanvang van de cursus. Ingeschreven deelnemers kunnen ervoor kiezen deelname te verplaatsen naar een andere mogelijkheid of om het inschrijfgeld binnen 21 dagen terug te krijgen.

Bij annulering van uw inschrijving worden volgende bedragen in rekening gebracht. De kosten voor annulering zijn als volgt:

- >8 weken voor aanvang van de cursus: € 50,- inschrijfkosten
- 8-4 weken voor aanvang van de cursus: 50% cursuskosten
- < 4 weken voor aanvang van de cursus: 100% cursuskosten

U mag te allen tijde een vervanger sturen voor uw inschrijving. In dat geval worden er naast de kosten voor de cursus alleen de inschrijfkosten à € 50,- in rekening gebracht. Studenten genieten € 75,- korting.

De organisatie is niet aansprakelijk voor persoonlijke schade, schade aan andere deelnemers of schade aan de cursuslocatie. Deelname aan de cursus geschiedt geheel op eigen risico.

Cursusmateriaal zoals hand-outs en programma blijven intellectueel eigendom van de organisatie. Bij inschrijving en betaling gaat u automatisch akkoord met de *Algemene Voorwaarden*, welke na te lezen zijn op www.physiology-academy.nl.

Maastricht/Alphen aan den Rijn, november 2018