

**Celostátní odborná konference „Pohyb a výživa“
IKEM, 19. října 2016**

Odborný program:

- 08:30 - 9:00 **Prezence**
- 9:00 - 9:05 **Zahájení konference**
Mgr. Tamara Starnovská, TN Praha, Sekce VNP, FZV
- 9:05 – 9:25 **Proč nám schází pohyb (a Dinofelis)**
Doc. MUDr. Jan Piňha, CSc., LVA IKEM, FZV
- 09:25 - 9:55 **Novinky v doporučení intenzity fyzické zátěží v rámci prevence a léčby nejen obezity (návrat vysoké tepové frekvence až anaerobní zátěže?)**
Prof. MUDr. Libor Vitek, Ph.D., MBA, 4. interní klinika a Ústav lékařské biochemie a laboratorní diagnostiky VFN a 1. LF UK; www.sportvital.cz
- 9:55 - 10:15 **Pohybové aktivity a dechové techniky u žen po porodu, projekt Together Prague**
Ivana Chaluppecká, instruktorka a osobní trenérka hypopresivní techniky, Fitbelly
- 10:15 – 10:35 **Děti na startu**
Jitka Literová, Jana Boučková, FISAF
- 10:35 - 10:55 **Strava při sportování (nejen) dětí a mládeže, aneb doporučení z pohledu nutričního terapeuta**
Bc. Margareta Iliopulosová, DiS., Fitbee
- 10:55 – 11:35 **Cílená pohybová aktivita – sport u starších dětí, problematika výživy u sportující mládeže**
RNDr. Pavel Suchánek, LVA IKEM, FZV
- 11:35 – 12:05 **Přestávka**
- 12:05 – 12:35 **Doplňky výživy při pohybové aktivitě ano či ne?**
RNDr. Pavel Suchánek, LVA IKEM, FZV
- 12:35 – 13:05 **Pitný režim a pohyb**
MUDr. Petr Homoláč, Zdravotnický ředitel Prague International Marathon
- 13:05 – 13:25 **Pohyb z pohledu psychologa**
PhDr. Iva Málková, STOB
- 13:25 – 14:25 **Přestávka, oběd**
- 14:25 - 14:45 **Úskalí domácího cvičení - stroje**
MUDr. Helena Michalíková, STOB
- 14:45 – 15:05 **Nejčastěji chyby a rizika v rámci pohybové aktivity dětí a seniorů**
PhDr. Andrea Hašková, Dětský rehabilitační stacionář „Zvonek“ Kladno
- 15:05 – 15:25 **Pohyb a výživa u pacientů s ICHDK**
Věra Boháčová, DiS., FZV, Sekce VNP
- 15:25 – 15:45 **Genetika a pohyb**
Ing. Jaroslav A. Hubáček, CSc., IKEM
- 15:45 **Závěr, zakončení konference**