

Mgr. et Bc. Erika HAVLASOVÁ **pohybový terapeut**



Specializují se na:

- problematiku pohybového aparátu, páteře, skoliózu
- cvičení v těhotenství a po porodu se zaměřením na pohybový aparát
- cvičení se seniory se zaměřením na pohybový aparát a zvýšení fyzické kondice
- metodiku a správné vedení cvičení
- výživové poradenství

Mé vzdělání:

- ukončené bakalářské studium na VŠTVS Palestra, obor kondiční a sportovní specialista, zaměřením na zdravotní cvičení
 - ukončené magisterské studium na VŠ J.A. Komenského obor speciální pedagogika, zaměřením na cvičení ve starším věku
- V současné době navazuji na magisterské studium doktorandským studiem.

Mé další specializace:

- lektor a cvičitel SPS metody (spirální stabilizace páteře), vedoucí MUDr. Richard Smíšek
- spoušťové body, vedoucí MUDr. Kamil Ramík
- akupresura, vedoucí prim. MUDr. Jan Miklánek
- manuální techniky
- manuální lymfodrenáž
- kinesiotaping
- zdravotní cvičení
- dechové techniky
- Pilates
- cvičení se seniory
- výživové poradenství

Mé další aktivity:

- pořádání vzdělávacích speciálních kurzů po celé ČR a v zahraničí
- odborné přednášky
- pobytové víkendy v ČR i v zahraničí

Soukromá praxe:

Na Července 9, Praha 10 – Kolovraty
Masarykovo náměstí 107, Valašské Klobouky

Kontakt:

Mgr. et Bc. Erika Havlasová
mail erika.havlasova@seznam.cz
telefon 724 662 747
IČ: 68088931