

VITÁL TRÉNING KFT, 1061 BUDAPEST, KIRÁLY U. 14.1/5.
OTP 11717009-20189464, ASZ:14113253-2-42
KÉPVISELI: KRISTON ANDREA, TRENER@INTIMTORNA.HU



KRISTON
intim torna®

A Kriston-módszer oktatói a tabu felszámolásában segítenek, hogy szégyen helyett az öröm legyen az iránytű. Számomra ez a munka a szenvedély, a hasznosság, a KITEljesedés érzését adja. Remélem te is megtapasztalod és hivatásoddá teszed!

AZ ÖRÖM TANULHATÓ és TANÍTHATÓ!

Kedves Jelentkező!

Örülök az érdeklődésednek a Kriston-módszer iránt. A most induló képzés a Kriston Intim Torna oktatására készít föl, ami egy különleges egészségnevelő módszer.

Egy tréner tanítványom úgy fogalmazott a képzésen átélt élmények, változások kapcsán, hogy El Camino volt a Király utcában☺. Egy finn hallgatóm szerint a Király utcai műhely egy sziget a világban, ahol nagy dolgok születnek. Innen születhetsz ki te is Kriston trénerként. Ennek érdekében indul tavasszal a szakmai és személyes változásokat hozó képzés.

Egészségnevelő módszeremet 1986 óta fejlesztem. 33 év alatt nagy utat tett meg Kazincbarcikáról. Körülbelül 30 ezer embert oktattam, a könyveim 200 ezer példányban fogytak el eddig és kialakult a Kriston-módszert oktatók tréneri hálózata. Kitaláltam egy megnevezést a módszeremhez, és mára nincs olyan ember hazánkban, aki ne hallott volna az intimtornáról. Írtam két tantervet az Oktatási Minisztérium és az Egészségügyi Minisztérium jóváhagyásával.

Módszerem könyvben megjelent verziójának szaklektorai voltak: Dr. Bálint Sándor-nőgyógyász, Dr. Czeizel Endre-genetikus, Lux Elvira-szexológus, Dr. Freinkl Róbert-anatómus, Dr. Demeter János-nőgyógyász, urológus, Dr. Varga Imre - urológus, Dr. Szüle Endre - urológus, Dr. Székely Andrea Dorottya - anatómus, Dr. Ritter László - proktológus, Dr. Simon Zsolt - urológus, Dr. Kopa Zsolt-urológus, andrológus, Kletner Anikó-szexológus, Fülöp Ildikó-gyógytornász.

Eddigi eredmények: A Kriston módszer eredményeit folyamatosan végzett kutatásokkal törekszünk alátámasztani. Műszeres méréseket végeztünk a Szent Rókus Kórházban a módszerem hatására létrejövő fizikális változás objektív visszaigazolására. A **Debreceni Urológiai Klinikával** végzünk hatásvizsgálatot 2010 óta, melynek eredménye több szakmai publikáció az egészségügyben: Benyó Mátyás – Kriston Andrea – Herman Andrea – Nagy Éva – Lőrincz László – Flaskó Tibor: Kriston Intim Torna hatékonyságának vizsgálata utánkötéssel; EAU 10th Central European Meeting, Bratislava: Effect of conservative treatment methods on quality of life after radical prostatectomy (RP); Oktatott gátizomtorna (Kriston Intim Torna) hatása vizelettartási zavarra és szexuális funkcióra. Jelenleg szerveződik egy kutatás férfi tünet kapcsán egy férfi klinikával, Norvégiában pedig egy skandináv kutatási program.

Jelentős szorongáscsökkenést érünk el a tréningeken, melyet Varga Gabriella mutatott ki a Károly Gáspár Református Egyetem pszichológia tanszékén, melyet szakdolgozatban írt meg. A Babes-Bolyai Tudományegyetem gyógytornász szakon végzett hallgatója, Lukács-Sára Réka szakdolgozatában kimutatta a módszer komplexitását. A Kriston-módszer kapcsán szakdolgozat született a Debreceni Tudományegyetemen, a Szegedi Tudományegyetemen, a Pécsi Egészségtudományi Egyetemen, a Semmelweis Egyetemen, az ELTE-n, a Miskolci Tudományegyetemen és Indiában egy Jóga egyetemen. Több szakdolgozat mutatta ki a Kriston-módszer egyediségét: Kedmenecz Alexandra, Kanadában élő Kriston tréner dolgozatában 12 országban élő nők visszajelzései igazolják, hogy a Kriston tréninghez hasonló nincs az országukban. Hasonló eredményre jutottak az osztrák és az angliai helyzetet feltáró tanulmányaink. A szexológia tantárgy része a Kriston-módszer az Universidad Simon Bolívar Andina Egyetemen Ecuadorban. Oslo mellett 4 éve kezdtük a „Kriston-módszer az óvodában” programunk oktatását. Kamasz programunk egyedülálló ismereteket kínál.

A Szent Rókus Kórházban elsőként az országban, egy nőgyógyászat-urológiai önrehabilitációs programot állíthattam össze egy orvosi team kérésére (1998-2007-ig), melyet az egészségügy átalakításáig, a szakrendelő épületének a bezárásig sikerrel működtettem. Erről így nyilatkozott Dr. Demeter János, aki urológus, szülész-nőgyógyászként felkért erre a feladatra:

„Kriston Andrea rendszerteremtő munkájának és ettől elválaszthatatlanul az intimtorna hatékonyságának elismeréseképpen a Magyar Urológus Társaság által is támogatva a Magyar Nőorvos Társaság Nőgyógyászat-urológia Szekciója 1999-ben vezetőségi tagjai közé választotta. A szekció egyes orvosai a kezdetektől részt vesznek az intimtorna elméleti anyagának összeállításában és oktatásban. **A kezdeményezés egyedülállónak tekinthető az egész világon.**”

Kutatásaimban támogattam a Magyar Sporttudományi Társaság, melyen belül a Egészségműveltségi Szakbizottság elnöke voltam.

A képzéssel egy bizonyítottan sikeres eljárást, a nemzetközi térben is egyedülálló, hatékony módszert sajátíthatsz el, mely segíti az embereket egészségükben, boldogulásukban.

A Kriston Intim Torna (KIT) trénerképzés során a Kriston Intim Torna oktatására szerezheted meg a szakmai tudást, mely egy önfejlesztő módszer, az alhas szerveinek funkciójavítására mindkét nem számára, óvodáskortól időskorig terjedően.

A módszer hidat képez az oktatás, a szexológia, a sporttudomány és az egészségkultúra területei között. A KIT trénernek különleges tudást adnak tovább, amivel segítenek a környezetükben élőknek egy jobb életminőség elérésében. Olyan témában nyújtanak ismereteket, aminek kapcsán a történelem folyamán nem volt illő az ismeretadás, a tabu volt a jellemző.

Az INTIM TORNA nevet a módszeremhez én találtam ki, mely nem létezett a magyar nyelvben korábban és idegen nyelven sem. Annyira sikeres lett a módszerem, hogy mára sokan próbálják hasonlatossá tenni szolgáltatásukat. A beazonosíthatóság érdekében 2004 óta Kriston Intim Torna név alatt oktatom a módszeremet, mely egyre nagyobb sikernek, elismerésnek örvend.

Mit tanulhatsz a Kriston Intim Torna Trénerképzésen?

Attól függően, hogy nőket, vagy férfiakat szeretnél oktatni, lehetőség van csak a szükséges módszertant elsajátítani, de megtanulhatsz egyszerre mindkét nem modulját is. Ez utóbbi adja a legteljesebb tudást, amit a legjobban hasznosíthatsz. Az ismeretekre nagy szükség van, attól nem kell tartani, hogy nem lesz igény a munkádra.

Oktató tanárok:

Anatómia: Dr. Székely Andrea Dorottya, Kovács Gyuláné, urológia: Dr. Simon Zsolt, proktológia: Dr. Ritter László, szülészet, nőgyógyászat: Dr. Bálint Sándor, mentálhigiéne: Escher Andrea, szexológia: Klettner Anikó, andrológia: Dr. Kopa Zsolt, szülészet: Novák Júlia, pszichológia: Dr. Andrek Andrea, Kriston-módszer: Kriston Andrea

Mit tartalmaz a Női módszertan?

- Egyéni, kiscsoportos, nagycsoportos (kb. 30-50 fő) alkalmazás.
- Önfejlesztés a következő területeken: kismamáknak tudatos gátvédelem a szülés előtt, szülés után, gátmetszés elkerülésének a lehetősége, műtét utáni önrehabilitáció, szexuális élet minőségének javítása, továbbá az egészséges menstruációért, a tünetmentes menopauzáért, a záróizmok karbantartására, a gáti vénatágulatok megelőzésére, az alhasi szervek funkciójának védelmére valamint azok funkciójának fejlesztésére.
- Javasolt a tudatos öngondoskodáshoz a KIT ismeret a következő esetekben: vizelet inkontinencia több típusa, szél-, széklet inkontinencia, gyenge hüvelyfal, aranyér, szeméremtájéki vénatágulatok, abnormális nemi hormonszintek, megfogadás nehezítettsége, endometriózis, PCOS, ciszta, mióma, száraz hüvely, libidóhiány, orgazmus hiánya, vetélési hajlam, várandósság és szülés utáni gáti tünetek, vaginizmus, dyspareunia, méheltávolítást követően, bélkivezetés-, katéter esetén, menstruációs rendellenesség, nőgyógyászati polip, méhszáj elváltozás, hüvely-, hólyag gyulladás, sipoly, végbélrepedés, székrekedés, melleltávolítás után...
- Gyerekek, mozgássérültek, sclerosis multiplex, Parkinson kór esetén.

Mit tartalmaz a Férfi módszertan?

- Egyéni, kiscsoportos, nagycsoportos alkalmazásra.
- Önfejlesztés a következő területeken: magömlés egészséges kontrollja, libidó erősítése, potenciavédelem, egészséges Tesztoszteronszint elősegítése, alhasi szervek funkcióvédelme, funkciófejlesztése, prosztatata egészségőrzése, termékenység fokozása, záróizmok karbantartása, hímvessző méretének növelése, altesti vénatágulatok megelőzése, egészséges bélműködés, szexuális egészségfejlesztés.
- Javasolt a tudatos öngondoskodáshoz a KIT ismeret a következő esetekben: korai magömlés, késői magömlés, magömlés hiánya, alacsony spermiumszám, alacsony Tesztoszteronszint, megfogantatási képesség fokozása, aranyér, herevéna-tágulat, altesti sérv, prosztatata gyulladás, prosztatata megnagyobbodás, székrekedés, ingahere, sipoly, altesti gyulladások, bélkivezetés után, katéterhordás esetén, prosztatata műtét után, merevedési zavar, ciszta, here-, mellékhere gyulladás.
- Gyerekek, mozgássérültek, sclerosis multiplex, Parkinson kór esetén.

Minden foglalkozáson vitalitást erősítő személetformálás történik.

A következő tulajdonságok azok, amik a Kriston-módszer tréneireit segítik a sikeres munkában, illetve a Trénerképzés sikeres elvégzésében. Gondold át, hogy rendelkezel-e ezekkel:

- szívesen segítesz másokat
- könnyen kommunikálsz, szívesen adod tovább a hasznos ismereteket
- figyelmes vagy
- kitartó vagy
- van üzleti érzéked, vagy szívesen tanulsz
- hosszú távra tervezel
- szívesen fejleszted magad
- korrekt vagy emberi kapcsolataidban.

Nem problémamentes oktatókat keresek, hanem olyanokat, akik megértők magukkal, másokkal, akik hajlandók tanulni, hogy tudásukat másokkal megoszthassák. A Kriston trénernek úttörő munkát végeznek, és a gyakorlatban hatékonyan tesznek az emberek jobb létéért.

A Kriston-módszer különböző moduljai, többek között a trénerképzés anyaga is szerzői tevékenységem eredménye, így szerzői oltalom alatt áll.

A Kriston trénernek, máshova nem sorolt oktatási tevékenységként végzik a tevékenységüket. A végzett trénernek az elsajátított módszert csak teljes egészében oktathatják, nem építhetik más módszerbe, nem nevezhetik másképp, nem adhatják tovább azon célból, hogy mások is oktathassák.

Kriston Trénerként további modulok oktatására szerezhetsz lehetőséget a jövőben (ez a Kriston Intim Torna alapmodul megszerzése után lehetséges):

- Óvoda pedagógusok programjának oktatása
- Diákprogram
- Kriston-módszer Gólya tréning szülésre, anyaságra felkészítő program
- Kriston-módszer Gyakorlóóra a vegetatív idegrendszerre és a gátra való hatással
- Kriston Fitness
- Szexuális egészséget célzó haladó tréning nőknek, Gésák titka
- Szexuális egészséget célzó haladó tréning férfiaknak, Gézák titka
- Kriston beszélgetés (egyéni)
- Workshopok

Trénerképzést követő együttműködés:

A sikeres vizsgát tett trénerrel együttműködési-, és védjegyhasználati szerződést írunk alá, ami az együttműködésünket szabályozza a hosszú távú siker érdekében. Ezen szerződést megküldjük azoknak, akiknek a jelentkezését elfogadjuk, hogy a végleges döntés előtt mindenki tájékozódhasson. A védjegy használati összeg fizetése fejében megillet a névtalpon alatt álló névhasználat, a módszer alkalmazása, a szakmai támogatás, a weblapon külön „munkahely felület” számodra, ahol a hallgatóid jelentkezése történik, hallgatóid számára adott gyakorló mozgássort tartalmazó hanganyag, a kutatásaink eredményeinek felhasználása, a közös marketing, továbbképzés. A védjegy éves összege a következő modulok oktatásának a jogát tartalmazza, amennyiben annak ismereteiből sikeres vizsgát tettél: Kriston Intim Torna nőknek, Kriston Intim Torna férfiaknak, Kriston Intim Torna Gyakorlóóra. További modulok alkalmazása esetén kedvezményes oktatási díj mellett, éves licence díj fizetése szükséges.

A védjegy fizetése a következőképpen alakul:

- A tanúsítvány megszerzését követően 2020. december 31-ig mentesülsz a licence fizetés alól.
- A tanúsítvány megszerzését követően 2021. 01. 1-től 2021. 12. 31-ig 120.000 Ft az éves licence, melyet negyedéves bontásban, vagy egy összegben fizethetsz meg. Külföldi hallgatók esetében 2022. december 31-ig érvényes az évente 120.000 Ft.
- Magyarországon oktatók számára 2022. 01. 01-től évente 6 hallgató csoportos részvételi díjának megfizetése egyben, vagy negyedéves bontásban, az éves licence díj. A tanfolyami díjat a tréner közössége által alkalmazott átlagdíj jelenti, amit minden év december végén írásban megküldünk. Jelenleg ez az összeg 30 e Ft.
- Külföldön oktatók számára 2023. 01. 01-től a licence díj számításának alapja a magyarországi

licence díj, melynek duplája fizetendő egyben, vagy negyedéves bontásban éves licence díjként. Ettől eltérő licence díj Kriston Andreával, vagy jogutódjaival történő megbeszélés esetén lehetséges a tréner működési területének életszínvonalát figyelembe véve.

Amennyiben elvégzed a trénerképzést, ugyanakkor nem kívánod oktatni a módszert, úgy természetesen nem írjuk elő a licencdíj fizetését számodra. Passzív státuszt is kérhet a tréner arra az időre, amikor nem oktat. Ekkor is mentesül a tréner a licence díj fizetése alól. Ezt követően ismét kezdheted a tréneri tevékenységed, miután teljesítetted a szakmai és az adminisztratív feltételeket.

Weblapunkon minden tréner külön felületet kap a KIT tanfolyamai szervezéséhez. Marketing tevékenységet fejtünk ki a módszer propagálására, kutatásokat végzünk, kiadványokat jelentetünk meg, hogy a kliensek könnyen trénerükre találjanak. Konferenciákon veszünk részt az eredményeink bemutatására. Szakmai továbbképzéssel, óralátogatásokkal, folyamatos konzultációs lehetőséggel segítjük a magabiztos tréneri tevékenységet. Hanganyag ingyenes letöltését biztosítjuk a trénerek számára a hallgatóik otthoni gyakorlását megkönnyítve.

Képzés Időpontjai

	Duó modul (női+ffi)	Női modul	Férfi modul
SAJÁT ÉLMÉNY Felmentést kapsz alóla, ha 2 éven belül voltál tréningen, és tréninglappal tudod igazolni. A szerződéskötést követően költségmentesen vehetsz rajta részt nálam.	1 női + 1 ffi KIT csoport látogatása szükséges 2020. 04. 16-ig. Választható órák: www.intimtorna.hu	1 női KIT csoport látogatása szükséges legkésőbb 2020. 04. 16-ig. Választható órák: www.intimtorna.hu	1 ffi KIT csoport látogatása szükséges legkésőbb 2020. 04. 16-ig. Választható órák: www.intimtorna.hu
ANATÓMIA konzultáció (ha nem rendelkezel vizsgával): skypon is lehetséges, vizsgához tételsort és a tanár elérhetőségét elküldjük.	Konzultáció: 2020. márc. 20., 27., ápr. 3. (16.00-17.30) Vizsga egyénileg, legkésőbb: 2020. 05. 02-ig.	Konzultáció: 2020. márc. 20., 27., ápr. 3. (16.00-17.30) Vizsga egyénileg, legkésőbb: 2020. 05. 02-ig.	Konzultáció: 2020. márc. 20., 27., ápr. 3. (16.00-17.30) Vizsga egyénileg, legkésőbb: 2020. 05. 02-ig.
ELMÉLET 1.	2020. 04. 17-19.	2020. 04. 17-19.	2020. 04. 17-19.
MODSZERTAN	2020. 05. 6-11.	2020. 05. 6-10.	2020. 05. 7-11.
ELMÉLET 2.	2020. 06. 26-07.02.	2020. 06. 26-07. 01.	2020. 06. 27-07. 02.
GYAKorlat VEZetés elmélete, gyakorlata	2020. 07. 03-05. + 1női és 1 ffi csoport hospitálás kötelező a gyak.vez után szabadon választható időpontban legkésőbb 2020.11.30-ig.	2020. 07. 03-05. +1 női csoport hospitálás kötelező a gyak.vez után szabadon választható időpontban legkésőbb 2020.11.30-ig.	2020. 07. 03-05. +1 ffi csoport hospitálás kötelező a gyak.vez után szabadon választható időpontban legkésőbb 2020.11.30-ig.
Vizsga	Egyeztetett időpontban: 1. elmélet 2. módszertan 3. záróvizsga, +szakdolgozat	Egyeztetett időpontban: 1. elmélet 2. módszertan 3. záróvizsga, +szakdolgozat	Egyeztetett időpontban: 1. elmélet 2. módszertan 3. záróvizsga, +szakdolgozat
Kriston Intim Torna gyakorlóóra, ha választottad, vagy duó esetén grátisz	sikeres módszertan vizsga esetén: 2020. 06. 11-13. vagy 2021. 06. 11-13.	sikeres módszertan vizsga esetén: 2020. 06. 11-13. vagy 2021. 06. 11-13.	sikeres módszertan vizsga esetén: 2020. 06. 11-13. vagy 2021. 06. 11-13.

*Hospitálás: óralátogatás, mely során megfigyelőként veszel részt

Tanúsítvány megszerzésének feltételei a szerződéses, fizetési feltételeken túl:

Anatómia vizsga (amennyiben nincs): az általunk kijelölt anatómia tanárral egyeztetett időpontokban. Az általános anatómia nem része a képzésnek, csupán segítséget nyújtunk a konzultációval hozzá. Az ingyenes órán akkor is részt vehetsz, ha van anatómia vizsgád (skypon is). A vizsga bruttó 10.000 Ft/ alkalom, mely az anatómia tanárnak külön fizetendő.

Vizsgák a képzés során: írásbeli elmélet és módszertan, szóbeli záróvizsga, szakdolgozat készítése, házinapló vezetése. Egyeztetés alapján skypon történő vizsgák is lehetnek.

A szakmai továbbképzést a végzett trénerek számára, minden évben tartunk szakmai továbbfejlődés, motiválás, hivatásunk és a közösség építése céljából. Külföldiek számára skypon biztosítjuk. A részvétel ingyenes az együttműködési szerződés megléte esetén.

A tanulmányi időszak 2021. október 31-ig tart. Ez idő alatt korlátlanul, ingyen vehetsz részt azon modul óralátogatásán, melyre jelentkezel. A kontaktórák befejezése után a vizsgákat teljesítheted korán, de lehetőség van arra is, hogy elfoglaltságodnak megfelelően csak később vizsgázz le a tanulmányi időszakon belül. A legkorábbi tanúsítvány megszerzésének időpontja 2020. július 13. legkésőbbi időpont: 2021. október 31. A vizsgaidőpontokat együtt alakítjuk ki. Cél az alapos felkészülés, hogy magabiztosan tudj oktatni. Ehhez minden segítséget megadok.

Tanfolyami ár:

- Egy modul esetén (női vagy férfi módszertan) a tanfolyami díj nettó 700 000 Ft.
- Duó módszertan: női+férfi módszertan egyszerre nettó 950 000 Ft. **Ekkor gratísz kapod a Kriston Intim Torna Gyakorlóóra módszertanát, amit a nyári táborban sajátíthatsz el (külföldi, vizsgázott trénereknek akár skypon).**
- Egy modul (női v. férfi) + **Gyakorlóóra:** 700.000 Ft + nettó 200.000 Ft.
- Külföldieknek külön szervezési díj (konzultációk, skype vizsgák): 60.000 Ft

Jövőre lényeges áremelés várható a trénerképzés árában a járulékos költségek és a törvényileg előírt adminisztráció miatt.

Fizetés a jelentkezéskor egy összegben, vagy részletekben az alábbiak szerint:

1. 200 e Ft + áfa szerződéskötést követően, vagy a trénerképzés kezdetéig, legkésőbb 2020. 03. 18-ig érkeztetve. Ezzel foglalod le a helyed.
2. 250 e Ft + áfa legkésőbb 2020. 04. 15-ig érkeztetve.
3. 250 e Ft + áfa legkésőbb 2020. 05. 04-ig érkeztetve.
4. Maradék összeg 2020. 06. 24-ig érkeztetve.

Áfa: a nettó összeg 27%-a. Fizetéskor kérek, hogy a bruttó összeget utald át a Vitál-Tréning Kft, OTPBank 11717009-20189464 bankszámlára.

A képzési összeg tartalmazza az oktatást, konzultációkat, hospitálást, jegyzeteket, házinaplót, elméleti-, módszertani-, záróvizsga díjait, együttműködési szerződéskötést követően: oktatás kezdéséhez szükséges módszertani kezdőcsomagot.

Pótvizsga minden vizsga esetén a 2 ingyenes vizsgán túl, még 4 alkalommal lehetséges a tanulmányi időszakon belül. A pótvizsga nettó 10.000 Ft befizetésével jár a vizsga előtt.

Duó: amennyiben női és férfi módszert is szeretnél oktatni egy lendületből, akkor arra most jó lehetőség van. Komoly segítséget jelent mindkét nemnek, amit a tréningen kapnak a hallgatóink, ezért ez egy szép küldetés. További előnye, hogy rögtön egy új közeget nyersz a tevékenységedhez, de tanulmányaid során így elegendő egy szakdolgozat, és plusz a kedvezményes árhoz további kedvezményként ingyen sajátíthatsz el a Kriston Intim Torna Gyakorlóóra modult nőknek, férfiaknak a megtanult KIT tréning rendszeres gyakoroltatására. Ez rendszeres óratartásra nyújt lehetőséget, melyet nagyon szeretnek a hallgatóink, és sokat segítesz vele az egyedül nehezen gyakorlóknak.

Kriston Intim Torna Gyakorlóóra:

Célja a vegetatív idegrendszer feszültségének a csökkentése, intim izmok erejének fokozása és a hormonkeringés javítása. Ez egy olyan mozgásos óra, ami csak az alhasra hat. Ide olyan hallgatók járnak, akik már voltak a tréningen, és ezért a mindennapos gyakorlást hatékonyabb edzéssel

kívánják kiváltani. Az órai mozgásanyag jóval színesebb, szórakoztatóbb, komoly élettani hatással bír, ezért intenzívebb, mint az otthoni gyakorlatsor.

Kik tartanak rá igényt:

- akik szeretnének többet kapni a megtanult elemekre építve
- akiknek nehézség az egyéni, otthoni gyakorlás
- műtötteknek, a felépülés elősegítésére (pl. prosztatata, mell, méh, bél műtötteknek)
- egészséges nők, férfiak számára szexuális egészség javítására
- önfejlesztésre
- kismamáknak
- 60+ korosztály
- vegyes csoportban: kismamák, prevenció-, önrehabilitációs céllal, idősök
- különböző intim tünetekkel rendelkezők számára.

KIT Gyakorlóóra modul képzési ideje: 2020. 06. 11-13. (sikeres módszertan vizsga esetén) vagy kérésre 2021. 06. 11-13. Duó képzés esetén ingyen vagy jogosult elsajátítani a Kriston Intim Torna Gyakorlóóra modult alapmodulodnak megfelelően (női, vagy férfi, vagy duó).

A trénerképzés óráinak időpontja:

A foglalkozások kezdete a modul kezdés napján 10.00-kor, más napokon (amikor már folyik a képzés) 8.00-kor.

A foglalkozások vége: hazautazás napján 17.00-kor, más napokon kb. 17.30-kor.

Hospitálás ideje: szombat: 8.30- kb. 16.00, vasárnap: 8.30- kb. 18.30.

Hiányzás 10%-ban lehetséges, mely a hospitálásra nem vonatkozik.

Szokásostól eltérő időpontok:

- 2020. 05. 07-én a nők 8.00-ra, a férfiak 10.00-re érkeznek.
- 2020. 05. 10-én a nőknek 8.00-12.00-ig, a férfiaknak 12.00-18.00-ig tart az oktatás.

Helyszín:

Kriston Egészségműhely, 1061 Budapest, Király u. 14. 1/5, Deák tértől 150m-re.

Jelentkezéshez minimum feltétel: érettségi és korábban, vagy képzés elején megszerzett anatómia vizsga.

Jelentkezés esetén kérlek küldd a következőket e-mailben:

1. jelentkezési lap
2. kitöltött önéletrajzi sablon, amihez légy szíves mellékelj egy friss fotót.

Ezt követően visszajelzünk a jelentkezésed kapcsán, és értesítünk a továbbiakról.

Anatómia: amennyiben nincs anatómiából vizsgád, úgy tételsorral és 3 konzultációval segítünk.
Mindenkinek sikerült eddig, aki készült!

Kíváncsian várom, hogy velem tartasz-e, ebben a nagyszerű munkában, aminek minden percében érezheted, hogy mások segítségére vagy. Jelentkezz, ha erre tart az életed.

Bármilyen kérdésed van, szívesen válaszolok.

Ez a munka örömforrás☺Tudnád-e szenvedéllyel végezni? Amennyiben igen, úgy várlak téged a világ egy hasznos kis szigetén, a Király utcában.

Kérlek ide írj: trener@intimtorna.hu

Kriston Andrea- 06302121637

Szeretettel, Kriston Andrea

A Képző Intézmény fenntartja azt a jogot, hogy a képzési, oktatási vagy működésüket érintő jogszabályváltozás esetén esetlegesen más követelményeknek, előírásoknak való megfelelés érdekében a képzéssel kapcsolatosan adott előzetes tájékoztatást módosítja. A képzésben résztvevő előadók akadályoztatottsága esetén helyettesítő oktatót biztosítunk.