

EMS TRAINING ACADEMY

# SZKOLENIE 2024 LEVEL ADVANCED

11 LUTEGO 2024 I WROCŁAW  
LICZBA MIEJSC OGRANICZONA!

**SOLD OUT**

NOWA EDYCJA JUŻ 24 MARCA  
ZAPISY OTWARTE

**EXTRA  
BONUS**



PODSTAWY SOCIAL MEDIA  
DLA BRANŻY EMS



CZAS NA  
**WYŻSZY POZIOM TRENINGU EMS**  
I JESZCZE WIĘCEJ PRAKTYKI

[www.emstraining.pl](http://www.emstraining.pl)

## 4 BLOKI TEMATYCZE:

### I: STABILIZACJA

Włącz mięśnie „CORE” w treningu EMS – bądź sprawny, funkcjonalny, przeciwdziałaj urazom i osiągnij lepsze wyniki. Na warsztatach podejmiemy NOWY temat należący do odłamów treningu medycznego i funkcjonalnego, czyli rozwój mięśni stabilizacyjnych dzięki metodzie EMS. Czym są mięśnie CORE? Jak istotnie ważną odgrywają rolę w naszym życiu i zdrowiu? Jakie korzyści płyną z włączenia ich do WB-EMS? Jakie ruchy w pełni efektywnie zaaktywują do pracy mięśnie głębokie? Zestaw ćwiczeń CORE EMS.

### II: SPECJALISTYCZNE ĆWICZENIA EMS WSPIERAJĄCE SPALANIE TKANKI TŁUSZCZOWEJ

Spalaj podwójnie (a nawet potrójnie) kilokalorie podczas treningu! Podczas tego tematu przedstawimy zestaw specjalistycznych, dynamicznych ćwiczeń w połączeniu z NIETYPOWĄ INTENSYFIKACJĄ mającą na celu jeszcze większą redukcję tkanki tłuszczowej.

### III: TECHNIKA „SUPERSERII” W TRENINGU EMS!

Zaskocz (i solidnie zmęcz!) swojego podopiecznego dzięki zaawansowanej technice „SUPERSERII”, która w zależności od potrzeb i celu klienta jeszcze bardziej efektywnie buduje mięśnie lub spala nadmierne kilogramy.

### IV: Podstawy MARKETINGU dla branży EMS

Na szkoleniu znajdzie się także mała ZAJAWKA od naszej social media ninja – Pauli: Podstawy MARKETINGU dla branży EMS – jak w dzisiejszych czasach tworzyć ciekawe i przede wszystkim skuteczne posty w social media?



## SPECJALISTA

W ZAKRESIE METODYKI  
TRENINGU EMS



## Daniel Wesołowski

Szkoleniowiec EMS Training Academy,  
Master Trainer certyfikowany przez Niemiecki  
Instytut Glucker Kolleg® & Specjalista w  
zakresie metodyki treningu EMS.

Program: WZMACNIANIÉ  
IŁOŚĆ MIEJSC  
OGRANICZONA

czas: 20' Powtór: 65%  
ZAREZERWUJ  
JUŻ TERAZ!

- 1) Poś. podst. x 8
- 2) Głęboki x 8
- 3) Opad. x 8
- 4) - sługi tułowia x 8 (kna sto)
- 5) pwa bunched x 8
- 6) wengodnie x 8

Dotwórz opis i  
trener

# SZKOLENIE 2024 LEVEL ADVANCED

KOD : EMS/liczba osób/  
EMS\_TRAINING

BILET  
DLA 1 OSOBY

**!UWAGA!** LICZBA MIEJSC  
OGRANICZONA!

**1499 zł**

**24 MARCA | WROCŁAW**

## INSTRUKCJA REJESTRACJI NA SZKOLENIE EMS:

- Zapoznaj się z tematami i dołącz do szkolenia.
- Jeśli kupujesz bilet dla 1 osoby, Twój kod to EMS/01/EMS\_TRAINING a jeżeli dla 2 lub więcej osób, Twój kod to EMS/liczba osób/EMS\_TRAINING
  
- Na podane niżej konto zrób przelew. Cena biletu: 1499zł
- W tytule przelewu wpisz powyższy kod. (EMS/01/EMS\_TRAINING
  
- W CELU DOPEŁNIENIA PROCESU REJESTRACJI:  
prześlij [potwierdzenie przelewu](#) na adres mailowy: [biuro@emstraining.pl](mailto:biuro@emstraining.pl) a w treści maila podaj:
  - Imię, nazwisko, numer telefonu, adres mailowy rejestrowanego uczestnika, nazwę studia;
  - Dane do faktury (mogą być to dane osoby fizycznej)

Przykładowy mail:

Tytuł: EMS/02/EMS\_TRAINING (dwie osoby)

Treść maila: Jan Jankowski, 600000006, adres@mailowy.pl, STUDIO EMS, Jan Kowalski, ul. Sezamkowa 1x, xx-xyx

**FORMA PŁATNOŚCI**  
**NUMER KONTA**

**przelew**  
**EMS Training sp. z o.o. 11 1240 6768 1111 0010 8607 5524**

Informujemy, że w przypadku braku wiadomości zawierającej wszystkie powyższe informacje nie będziemy mogli się z Państwem skontaktować oraz wysłać niezbędnych informacji dotyczących szkolenia.

**Przypominamy, że zwrotu płatności za szkolenie dokonujemy tylko jeśli uczestnik nie będzie mógł wziąć udziału w szkoleniu z przyczyn leżących po naszej stronie.**

W razie dodatkowych pytań proszę o kontakt pod nr tel.: +48 783-849-800 od poniedziałku do piątku w godz. 8-16.

**NIE ZWLEKAJ, ZAPISZ SIĘ JUŻ DZIŚ**

**OSTATECZNY  
TERMIN  
ZGŁOSZEŃ**

**15.03.2024  
godz. 9:00**

# SZKOLENIE 2024 LEVEL ADVANCED

DLA PARTNERÓW MIHA BODYTEC®

**DATA:** 24 MARZEC 2024  
**GODZ.:** 9:00-17:00



ORGANIZATOR



PARTNERZY





## KONTAKT



[biuro@emstraining.pl](mailto:biuro@emstraining.pl)



+48 783 849 800



[emstraining.pl](http://emstraining.pl)



[facebook.com/emstraining.poland/](https://facebook.com/emstraining.poland/)



**LICZBA  
MIEJSC  
OGRANICZONA!**

#EDU**AKCJA**EMS  
bądź liderem w treningu EMS