

**MEDICAL FITNESS  
SZAKÉRTŐ**

**(MEDICAL EXERCISE  
SPECIALIST - MES)**



# Jelentkezz képzésünkre!

**JELENTKEZÉS**



- Mit teszel, ha olyan kliens érkezik hozzád, aki korábban daganatos betegségből, stroke-ból vagy infarktusból épült fel? Milyen preventív edzésprogramot tudsz tervezni orvosi iránymutatás alapján, metabolikus szindróma vagy más krónikus bel- és mozgásszervi betegségek rizikója esetén?
- Az orvostudomány és a sporttudomány a fitness szakmán keresztül szorosan kapcsolódik egymáshoz, és ahhoz, hogy ezt a szinergiát ki tudjuk használni, olyan szakemberekre van szükség, akik egyaránt rendelkeznek megfelelő egészségügyi és edzői felkészültséggel, szaktudással a speciális populáció edzése terén.



# A képzés háttere és jövője



Tanfolyamunk az USA-beli American Council on Exercise (ACE) MedicalExerciseSpecialist képzésének szakértői által összeállított licenszanyagára épülve került kidolgozásra.

Azonban a két tananyag nem azonos, mert a magyar jegyzeteket kiegészítettük a hazai orvosi ajánlásokkal. Nemzetközi szinten sincs ilyen összetett tananyag: E-learning + élő webinár órák, majd a vizsgát követően kariertámogatás az IWIREPs PRO szakmai közösségben.

[Ismerd meg az ACE-t közelebbről! >>](#)

A MedicalExerciseSpecialist (MES) képzés és a végzett szakemberek hazai szakmai elfogadtatása, valamint az egészségügyi folyamatokba történő integrálása jelentős mérföldkőhöz érkezett.

A Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kara az IWI Nemzetközi Fitnesziskola által kidolgozott és elindított MES képzést szakmailag támogatja és ajánlja, erről írtak alá egy nyilatkozatot az érintett intézmények vezetői 2022. január 7-én a Pécsi Tudományegyetem dékáni hivatalában.

[Olvasd el a nyilatkozatról szóló cikket! >>](#)

## A MES képzés célja



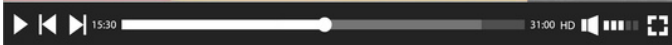
### Fitnesz szakembereknek:

- MES az egészségügyi referenciahálózat részeként
- együttműködni az egészségfejlesztési folyamatban
- a csapat megbecsült szakértő tagjaként, orvos irányításával
- közreműködés a speciális populációba tartozó kliensek egészségfejlesztési és fitneszi céljainak megvalósításában

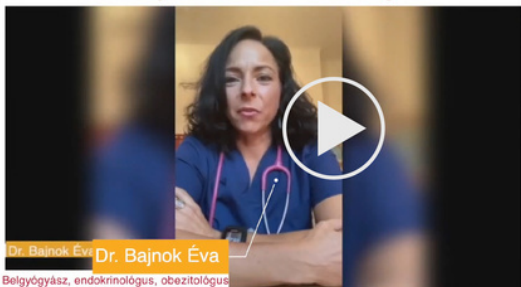


## A MES képzés különlegessége:

és most a pandémiát követően még inkább itt az ideje, hogy elindítsuk ezt a karrierutat és megtaláljuk közösségünkben azokat az egyéneket.



## Dr. Bajnok Éva PhD - obezitológus



Dr. Bajnok Éva  
Belgyógyász, endokrinológus, obezitológus



# Miért fontos a MES szerepe?

A Medicalfitnesz szakértő (MES) referenciahálózatban működik együtt egészségügyi szakemberekkel annak érdekében, hogy edzésprogramot tervezzen orvosi iránymutatás alapján krónikus bel- és mozgásszervi állapotokban lévő kliensek részére. Az egészségfejlesztési folyamat munkatársaként részese a kliensek állapotfelmérésének, személyre szabott preventív, és posztrehabilitációs edzéstervet készít, hogy egészségtudatosabb, jobb minőségű életvitelt kínálhasson, hozzásegítve edzettjeit a legoptimálisabb fitneszi állapotuk eléréséhez.

# Kiknek ajánljuk a képzést?

„Úgy gondolom, hogy az ACE neve már önmagában garancia a sikerre, ugyanakkor a képzésen olyanokat tapasztaltam, amik mindenképpen messzire mutatnak. A hazai környezetben az egészségügy illetve a fitness között még mindig hatalmas nagy űr tátong és ezt az újonnan képzett Medical fitness szakértők képesek lesznek kitölteni.

**Ajánlom ezt minden olyan egészségügyi szakembernek, akik felismerték, hogy a prevenció éppen olyan fontos, hanem fontosabb, mint a rehabilitáció, illetve minden olyan fitness szakembernek, akik túl szeretnének lépni a 4x10 ismétlésen.”**

Balázs Domonkos  
fizioterapeuta, személyi edző,  
medical fitness szakértő  
IWI oktató



# Akik már a képzés mellett döntöttek

Egészségügyi szakember



Dr. Komka Zsolt  
sportorvos, kardiológus

Fitnessz szakember



Halász Gabriella  
személyi edző

# “ Visszajelzés a képzésről

"Életem egyik legjobb képzése volt. A legszebb benne, hogy be tudunk kapcsolódni az egészségfejlesztésbe és egy hiányzó elemet tudunk pótolni úgy, hogy össze dolgozunk a többi egészségügyi vagy sportszakemberrel. Én hasznosítom mindennap a tanultakat!"

Pap Dániel  
személyi edző, medical fitness szakértő,  
szeniortréner, erőnléti tréner

"Hiánypótló képzés a hazai fitness tanfolyamok között. Rengeteg profi anyag és oktató, kiváló, gyakorlatias tudásanyag. Biztos, hogy mindannyian hasznát vesszük annak, amit itt tanultunk. Örülök neki, hogy az elsők között részese lehettem ennek a képzésnek. Minden fitness területen dolgozó szakembernek ajánlom."

Kovács-Dóczy Orsolya  
személyi edző, medical fitness szakértő





[Ismerd meg az oktatókat közelebbről! >>](#)

# Oktatóink és a képzés tematikája

Magyarországon elsőként általunk indított továbbképzésen kiváló szakértőktől tanulhatsz az alábbi témákban:

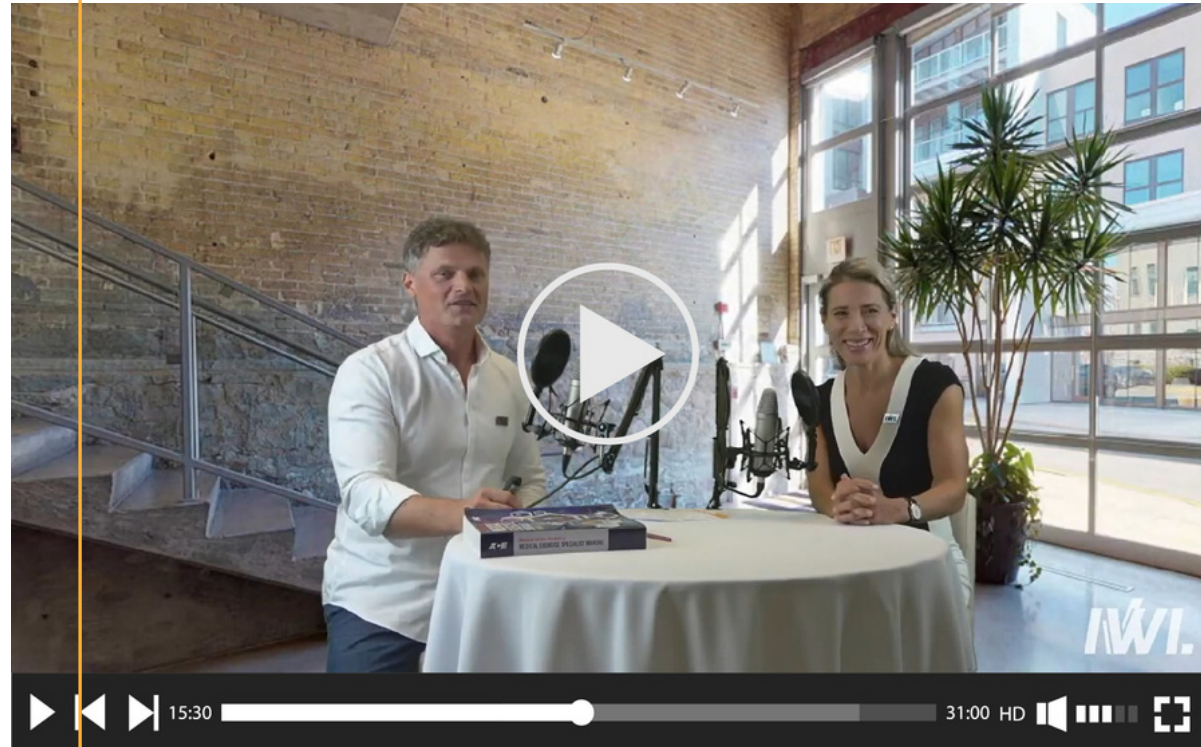
- A MES szerepe és helye az egészségfejlesztési referenciahálózatban, kompetencia területek
- Integrált Fitness Tréning edzéstervezési koncepció
- Viselkedés változás - coaching, üzleti stratégia, jogi kérdések
- Kardiovaszkuláris és légzőszervi betegségek, rendellenességek, edzéstervezés
- Metabolikus betegségek és rendellenességek, edzéstervezés
- Mozgatórendszer rendellenességei, edzéstervezés
- Várandósság alatti és szülés utáni mozgásterápia
- Onkológiai betegségek és a fittségi edzés
- Post-Covid állapotok kezelése életmódorvostani szempontból
- Farmakológia - gyógyszerek és az edzés hatása
- Táplálkozási ajánlások krónikus betegségek esetén



# Mire készít fel főként a képzés?

<b>Edzői végzettség esetén</b>	<b>Egészségügyi végzettség esetén</b>
Kliensek biztonságos, hatékony edzése meglévő egészségügyi problémák, rizikófaktorok figyelembevételével.	Együttműködés fitness szakemberrel az egészségfejlesztési folyamatban.
Integrált szemlélet alkalmazása az egyes krónikus állapotok mozgásprogramjának tervezése során.	Edzéstervezési alapok és integrált egészségfejlesztési szemlélet krónikus betegségek esetén.
Miként tud az edző és az egészségügyi szakember együtt dolgozni team munkában az egészségfejlesztési referenciahálózat részeként a prevenció és post-rehabilitáció területén.	

# Részletesebben a képzésről



Nézd meg 2021. szeptember 18-án Karrier- és nyílt napunkon elhangzott előadást!

Egészséget oktatunk! – Medical fitness szakértő képzés  
Dr. Zopcsák László (IWI alapító) és Góg Anikó (szakmai vezető) beszélgetése



Nézd meg 2021. október 30-án tartott konferenciánk előadásait!

**ELŐADÁSOK**



# Medical Exercise Specialist Konferencia

**Dr. Bajnok Éva PhD - Belgyógyász, endokrinológus**

Fizikai inaktivitás - aktivitás és a krónikus betegségek összefüggései

**Dr. Zopcsák László PhD - IWI alapító, MES projektvezető**

Mi a jövőképe a fitness szektornak a pandémia után? A Medical Fitness koncepció várható hatása az egészségfejlesztésre és a fitness szektorra.

**Lisa Coors - MES, Personal Trainer, MF stúdió tulajdonos, Cincinatti, Oh, MES szakkönyv társszerzője**

A Medical Exercise Specialist (MES) szakma sajátosságai az USA-ban. Hogyan működik egy Medical Fitness stúdió?

**Dr. Vernes Réka - Életmód orvos, belgyógyász, háziorvos, sportorvos**

MES szakember kapcsolódása az egészségügyi teambe. Milyen feladatok, kompetencia határok között tevékenykedik a MES?

**Góg Anikó - IWI oktató, MES szakmai vezető**

Hogyan működik az Integrált Fitness Tréning koncepció a MES praxisában?

 **A sport, fitness differenciálódása, medical fitness**  
Dr. Domokos Sándor

 **A Medical Fitness szakértő**  
Dr. Domokos Sándor

 **Híd az egészségügy és a fitness szektor között**  
Bajkay Ágnes

 **Merre tovább?**  
Bajkay Ágnes

 **STROKE járvány fenyeget**  
Bajkay Ágnes

 **Michael Mantell PhD – beszélgetés a Medical Fitnessről**  
Csurgó Krisztina

Olvas a  
témában  
érdekes  
cikkeket!

IWIREPs magazin



Fitness Trend Magazin



# Az első fecskék



Ünnepélyes keretek között megtartottuk az első Medical fitness szakértő (MES) képzés oklevélosztóját, mely mérföldkő a hazai fitness szektor történetében. Iskolánk alapítója, Dr. Zopcsák László a nap záró akkordjaként összefoglalta a MES szerepét, és a szakemberek előtt álló jövőképet.

# IWIREPs tagként szuper előny vár!



## IWIREPs TAGSÁGI KEDVEZMÉNY

Van sport szakirányú képesítésed? A weboldalon feltüntetett árakból további 10.000 Ft kedvezményt tudsz érvényesíteni IWIREPs tagsággal.



## IWIREPs TAGSÁG

A képzés végeztével sem engedjük el a kezedet, továbbra is támogatjuk karrieredet! MES képesítésed birtokában fél év PRO tagságot adunk ajándékba az IWIREPs edzői közösségbe.

[IRÁNY AZ IWIREPS](#) 



# MES szakemberek az edzőkereső térképen

## Találjanak rád potenciális klienseid, partnereid!

A térképes edzőkereső egy hiteles bemutatkozási felület, amely hatékony álláskeresési és kapcsolatfelvételi lehetőséget kínál. Teljes profillal feltüntetve magadat, új klientúrát építhetsz ki!

### **Ha a fitness szektorból érkezel:**

Regisztrált fitness szakemberként nagyobb bizalomra és elismertségre számíthatsz a kliensek és a munkáltatók részéről is egyaránt.

### **Ha az egészségügyi szektorból érkezel:**

Szolgáltatásaiddal szélesebb célcsoportot érhetsz el. Az edzőkereső kliensek 70%-a rendelkezik valamilyen alap- vagy krónikus betegséggel, melyhez az egészségügyi szakértelem elengedhetetlen.

**REGISZTRÁCIÓ**





# Várunk szeretettel képzésünkön!

JELENTKEZÉS



Elérhetőségeink:  
info@iwi.hu  
+36 30 683 5145

