

DS

Personal Training School

Diplom

DS Personal Training School certifierar

Emma Paulsson

efter genomförd kurs

2015

som

Certifierad Nutritionist



Daniel Dehn - VD DS Trademark

2015-Skövde

datum & stad/land



Examens diplom

för **Emma Paulsson**

som har slutfört sin utbildning som kostrådgivare och blivit examinerad och godkänd på följande moment:

Kommunikation och karaktär

- K_K001 Samla information angående klientens matvanor
- K_K002 Förse klienten med relevant information angående dess behov
- K_K003 Utveckla en plan och prioritera aktiviteter och mål
- K_K004 Konflikt hantering
- K_K005 Koordinera interaktioner med klienter
- K_K006 Effektivt kommunicera med klienter

Anatomi

- A001 Förståelse av matsmältningskanalen och dess funktion
- A002 Förståelse av de grundläggande processerna i energisystemet
- A003 Förståelse av de grundläggande hormonella processerna och balans
- A004 Förståelse av de grundläggande processerna i matsmältningssystemet
- A004 Förståelse av kroppssammansättningar och mätningar

Näringslära

- N001 Förståelse av Glykemiskt Index och Glykemisk Belastning
- N002 Förståelse av ketogena dieter
- N003 Förståelse av ergogena kosttillskott
- N004 Kunskap och förståelse för preventiv näringslära
- N005 Tillhandahålla generella rekommendationer gällande hälsa och näringslära
- N006 Beräkning av dagligt behov av makronutrientier
- N007 Göra kostprogram för vikt nedgång
- N008 Göra kostprogram för muskeltillväxt
- N009 Göra kostprogram till elitidrottare
- N010 Övergripande förmåga att planera och presentera ett kostprogram

Denna kurs har avslutats med godkänt prov i följande examination:

Teori	A
Praktiskt	A
Total	97%

Slutbetyg

Betyg: A=Mycket väl godkänd B=Väl Godkänd C=Godkänd

A