

# Наука для фитнеса



## VII ВСЕРОССИЙСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ «НАУКА ДЛЯ ФИТНЕСА-2019»

### Программа конференции

#### Президиум:

**Михайлова Т.В.** - профессор, Ректор Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК).

**Леонтьева М.С.** - д.п.н., доцент, проректор по НИР РГУФКСМиТ.

**Смоленский А.В.** – д.м.н., профессор, академик РАЕН, зав. кафедры «Спортивная медицина» РГУФКСМиТ.

**Беличенко О. И.** - д.м.н., профессор, академик РАЕН, профессор кафедры «Спортивная медицина» РГУФКСМиТ.

**Дрозд Г. А.** - член общественной палаты РФ, заместитель председателя общественного совета в Министерстве Спорта, Заслуженный мастер спорта, Чемпион мира по боксу.

**Гусев Д.А.** - мастер спорта России по бодибилдингу. Победитель турнира «Arnold Classic Europe» в номинации «Men's Physique», серебряный медалист чемпионата мира в номинации «Men's Physique» (2013), участник турнира Mr. Olympia 2016.

**Волков А. Е.** - чемпион «Bellator» в тяжёлом весе. Чемпион «M-1 Challenge» в тяжелом весе, боец UFC.

**Яшанькин Д.А.** - трехкратный чемпион мира по бодибилдингу, победитель турнира «Arnold Classic».

**Замятин А. В.** - МСМК, Чемпион Мира по «Классическому бодибилдингу», тренер «Высшей Категории» РФ.

#### Жюри конференции:

**Председатель: Гониянц С. А.** – к.п.н., заслуженный профессор РГУФКСМиТ, Академик Международной Академии Информатизации при ООН, Академик Международной Академии Детско-юношеского туризма и краеведения.

**Сиднева Л.В.** - к.п.н., доцент кафедры Методики комплексных форм физической культуры ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», судья международной категории по спортивной аэробике.

**Мирошников А.Б.** – к.б.н., доцент кафедры Спортивной медицины РГУФКСМиТ, проректор по НИР Лицея «Учёный Фитнес».

**Петракова И. В.** – к.п.н., профессор кафедры «Методики комплексных форм физической культуры».

**Каширин А.Г.** - к.э.н., учредитель ООО «Фитнес система».

**Пономарева И.В.** – фитнес директор сети "Encore Fitness & VConcept Fitness".

**Шинкаренко А.И.** – велнес директор «Wellness Club PRIDE» (г. Жуковка).

**Швец С.В.** - преподаватель кафедры спортивного менеджмента Университета Синергия, бизнес тренер и консультант по маркетингу и бизнес-процессам в Фитнес клубе.

**Грязнов В.А.** – оперативный и фитнес директор ФК «KINEXT» (г. Краснодар).

**Хусаинова Н. Х.** – фитнес директор сети «WeGym».

**Выборнов В.Д.** - руководитель отдела медико-биологического обеспечения ГБОУ ЦО «Самбо-70».

**Сонина А. В.** – руководитель подразделения групповых программ фитнес клуба «Green City».

**Волков В.В.** – тренер по физической подготовке профессиональных боксеров и единоборцев, проректор по международным связям Лицея «Учёный Фитнес».

**Форменов А.Д.** – фитнес-директор «Nice Fitness», аспирант РГУФКСМиТ.

**Антонов А.Г.** - фитнес-директор «Фитнес Парк».

**4 ОКТЯБРЯ 2019 г.**

## **ПЛЕНАРНОЕ ЗАСЕДАНИЕ**

**РЕГИСТРАЦИЯ УЧАСТНИКОВ КОНФЕРЕНЦИИ – 09.00 – 13.00**

**10.00-10.10. Открытие конференции.**

### **Вступительное слово.**

**10.00-10.10 Михайлова Т.В.** - профессор, Ректор Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК).

## **ПЛЕНАРНЫЕ ДОКЛАДЫ**

**Председатель - Гониянц С. А. ведущий – Мирошников А.Б.**

<b>№</b>	<b>ФИО</b>	<b>Регалии</b>	<b>Тема доклада</b>
1.	<b>Дрозд Григорий</b> (10:15-10:25)	член общественной палаты РФ, заместитель председателя общественного совета в Министерстве Спорта РФ.	Фитнес-стандарты как неотъемлемая часть российского фитнеса
2.	<b>Выборнов Василий</b> (10:30-10:40)	руководитель отдела медико- биологического обеспечения ГБОУ ЦО «Самбо-70».	Профессия - «Персональный тренер»
3.	<b>Сергеева Ксения</b> (10:45-11:05)	аспирантка РГУФКСМиТ, сертифицированный персональный тренер международного уровня ISSA (USA).	Эксцентрический режим работы мышц под лампой физиологии
4.	<b>Мирошников Александр</b> (11:10-11:30)	к.б.н., доцент кафедры Спортивной медицины РГУФКСМиТ, проректор по НИР Лицея «Учёный Фитнес».	SIT и стимулы мышечного роста
5.	<b>Замятин Андрей</b> (11:35-11:55)	МСМК, Чемпион Мира по «Классическому бодибилдингу», тренер «Высшей Категории» РФ.	Роль эндогенного тестостерона в мышечной гипертрофии

6.	<b>Волков Василий</b> (12:00-12:20)	аспирант РГУФКСМиТ, проректор по международным связям Лицея «Учёный Фитнес».	Ретроспектива ступенчатого теста: чем дольше, тем лучше?
----	--	--	--

## КОНКУРСНЫЕ ДОКЛАДЫ

<b>Номинация «Диагностика в фитнесе»</b>			
<b>№</b>	<b>ФИО</b>	<b>Регалии</b>	<b>Тема доклада</b>
1.	<b>Кузнецова Ольга</b> (12:25-12:35)	студентка кафедры Теории и Методики Легкой атлетики РГУФКСМиТ	Сравнительный анализ оценки методов гидратации спортсменов-легкоатлетов 14-18 лет во время тренировочной деятельности
2.	<b>Кривчук Эдуард</b> (12:40-12:50)	врач функциональной диагностики ФК «Encore Fitness»	Прогностические уравнения для определения жирового компонента у мужчин и женщин на основе антропометрии
3.	<b>Бузулин Алексей</b> (12:55-13:05)	персональный тренер ФК «Nice Fitness	Методика для определения точки жирового обмена на эллиптическом эргометре
4.	<b>Пономарева Юлия</b> (13:10-13:20)	менеджер ФК «Фитнес Парк»	Сравнительный анализ прогностических уравнений для определения процента подкожного жира с помощью сантиметровой ленты
5.	<b>Степуренко Виктория</b> (13:25-13:35)	преподаватель Федерации Фитнес Профессионалов Краснодарского Края (г. Краснодар)	Разработка дневника клиента фитнес клуба
<b>Номинация «Социология в фитнесе»</b>			
6.	<b>Кулик Ирина</b> (13:40-13:50)	персональный тренер ФК «Фитнес Парк»	Социальный портрет женщины, страдающей ожирением
7.	<b>Андианов Никита</b> (13:55-14:05)	персональный тренер ФК «Фитнес Парк	Социальный портрет потребителя фитнес услуг
<b>перерыв на обед: с 14:00 до 15:00</b>			
<b>Номинация «Фитнес нутрициология»</b>			
<b>№</b>	<b>ФИО</b>	<b>Регалии</b>	<b>Тема доклада</b>
8.	<b>Самсонюк Иван</b> (15:00-15:10)	врач-невролог, член российского союза нутрициологов, диетологов и специалистов пищевой индустрии (РоСНДП). (г. Ростов-на-Дону)	Перспектива 6-месячного удержания веса, в зависимости от темпов его снижения
9.	<b>Лавриненко Семен</b> (15:15-15:25)	младший научный сотрудник лаборатории спортивной антропологии и нутрициологии ФГБУН «ФИЦ ПИТАНИЯ И БИОТЕХНОЛОГИИ»	Сравнительная оценка величины основного обмена у боксеров
10.	<b>Дерендяева Дина</b> (15:30-15:40)	дипломированный нутрициолог и персональный тренер спортивного клуба «Голливуд» (г. Воткинск)	Влияние диеты «Н1+Н2» на состав тела и показатели крови людей, страдающих ожирением
11.	<b>Самсонюк Иван</b> (15:45-15:55)	врач-невролог, член российского союза нутрициологов, диетологов и специалистов пищевой индустрии (РоСНДП). (г. Ростов-на-Дону)	Влияние понижения жировой массы на тестостерон мужчин

<b>Номинация «Тренировочные методики в фитнесе»</b>			
12.	<b>Катенев Александр</b> (16:00-16:10)	менеджер ФК «Nice Fitness»	Влияние аэробных возможностей на интервалы отдыха при силовой работе
13.	<b>Лавров Денис</b> (16:15-16:25)	персональный тренер ФК «Nice Fitness».	Влияние времени отдыха на работоспособность в жиме лежа при высоконтенсивных нагрузках
14.	<b>Филиппова Наталья</b> (16:30-16:40)	чемпионка России, бронзовый призер Европы и Арнольд Классик- 2017 (г. Евпатория)	Комплексный подход в решении проблемы ожирения
<b>Номинация «Лечебная физическая культура»</b>			
15.	<b>Бабыдов Евгений</b> (16:45-16:55)	аспирант кафедры Физической реабилитации РГУФКСМиТ	Качество жизни у лиц молодого возраста с нарушениями осанки
<b>Номинация «Обзор современной литературы»</b>			
16.	<b>Драбкина Ольга</b> (17:00-17:10)	мастер тренер ФК «Nice Fitness	Современные технологии на защите комплаенса активного образа жизни
<b>Номинация «Йога в фитнесе»</b>			
17.	<b>Манидичев Сергей</b> (17:15-17:25)	заместитель ректора по научной работе Института Традиционных Систем Оздоровления (ИТСО)	Методика оценки мощности асан йоги
18.	<b>Калугина Марина</b> (17:30-17:40)	преподаватель Лицея «Учёный Фитнес»	Исследование скоростно-силовых качеств йогов
19.	<b>Воловая Татьяна</b> (17:45-17:55)	к.п.н., доцент УралГУФК (г. Челябинск)	Йогатерапия синдрома общей тревожности у женщин зрелого возраста
<b>18:00 Награждение участников. Закрытие конференции</b>			