

POHYBOVÁ AKTIVITA A OBEZITA

Dvoudenní odborný workshop • 12.–13. listopadu 2026

SPORTOVNÍ CENTRUM NYMBURK
Sportovní 1801, 288 35 Nymburk

ČTVRTEK 12. 11. 2026

1. den – diagnostika, zátěžové testování a praktické workshopy

Čas	Program	Přednášející / vedení
9:00-9:15	Zahájení workshopu, cíle a organizace dvoudenního programu	prof. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D.
9:15-9:50	Obezita – role pohybové aktivity a redukční diety	prof. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D.
9:50-10:25	Hybný systém před preskripcí – nejčastější chyby	MUDr. Marcela Matoušová
10:25-10:45	Přestávka	
10:45-11:25	Neznámý klient – vzorová anamnéza a indikace k zátěžovým testům	prof. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D.
11:25-12:05	Zátěžové testy v praxi – potřeba lékaře?	MUDr. Radka Petráková, Ph.D. / prof. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D.
12:05-12:35	Prehabilitace a její role	Mgr. Petra Marková
12:35-13:30	Oběd	
13:30-14:00	Zásady sportovní výživy při redukční dietě a po bariatrii	Mgr. Tereza Kafková
14:00-15:15	WORKSHOP I – skupina A: Zátěžový test v praxi – krevní tlak skupina B: Pohybový workshop – kineziologický rozbor	prof. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D.; MUDr. Radka Petráková, Ph.D. / MUDr. Marcela Matoušová; Mgr. Anna Vacová
15:15-15:30	Přestávka / výměna skupin	
15:30-16:45	WORKSHOP I – skupina A: Pohybový workshop – kineziologický rozbor skupina B: Zátěžový test v praxi – krevní tlak	MUDr. Marcela Matoušová; Mgr. Anna Vacová / prof. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D.; MUDr. Radka Petráková, Ph.D.
16:45-17:15	Diskuse a shrnutí 1. dne	všichni přednášející

PÁTEK 13. 11. 2026

2. den – testování zdatnosti, praktická preskripce a kazuistiky

Čas	Program	Přednášející / vedení
8:30-8:45	Úvod do 2. dne a rozdělení skupin A/B	prof. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D.
8:45-9:25	Moderní technologie v preskripci pohybové aktivity	Ing. Eva Hanzalová; prof. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D.
9:25-10:40	WORKSHOP II – PRAXE: TESTOVÁNÍ ZDATNOSTI skupina A: Testování zdatnosti – 6MWT, Chair Stand, hand-grip a funkční testy skupina B: Praktická preskripce pohybu – interpretace výsledků a tvorba doporučení	odborný tým workshopu
10:40-10:55	Přestávka / výměna skupin	
10:55-12:10	WORKSHOP II – PRAXE: TESTOVÁNÍ ZDATNOSTI skupina A: Praktická preskripce pohybu – interpretace výsledků a tvorba doporučení skupina B: Testování zdatnosti – 6MWT, Chair Stand, hand-grip a funkční testy	odborný tým workshopu
12:10-13:00	Oběd	
13:00-13:40	Prehabilitace v praxi – příprava a vedení pohybového programu	Mgr. Petra Marková
13:40-14:20	Výživa a pohyb – praktické situace při redukci a po bariatrickém výkonu	Mgr. Tereza Kafková
14:20-14:35	Přestávka	
14:35-15:20	Od výsledku testu k individuální preskripci pohybové aktivity	prof. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D. a tým
15:20-16:20	Kazuistiky – diagnostika, zdatnost, preskripce a následné sledování	všichni přednášející
16:20-16:45	Závěrečná diskuse a zakončení workshopu	prof. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D.

PŘEDNÁŠEJÍCÍ

prof. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D. • MUDr. Marcela Matoušová • MUDr. Radka Petráková, Ph.D. • Mgr. Petra Marková • Mgr. Tereza Kafková • Mgr. Anna Vacová • Ing. Eva Hanzalová

Přihlášky: www.klinickaobezitologie.cz