



# **Первая доврачебная помощь в фитнес клубе**

---

# Необходимость прохождения семинара по первой помощи фитнес персоналом определяется:

- уровнем оказываемых услуг в клубе;
  - повышенным уровнем травматизма;
  - усиление безопасности на тренировках в фитнес зонах и особенно в зоне бассейна;
  - возможностью оказать «Первую Помощь» в период отсутствия врача в клубе (выходной день, нормированный рабочий день, который короче времени работы клуба);
  - **Ссылка на ГОСТ:**
  - **ГОСТ Р 52024-2003.** Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования.
  - **6.7.2 Обслуживающий персонал** должен обеспечить безопасность жизни, здоровья потребителей, сохранность их имущества при оказании услуги, а также уметь действовать во внештатных ситуациях (пожар, несчастный случай, ухудшение самочувствия, резкое изменение погодных условий и т.д.);
  - **6.7.3 Обслуживающий персонал, оказывающий спортивные услуги, должен:**
  - обеспечивать безопасность процесса оказания спортивных услуг для жизни и здоровья потребителей и охраны окружающей среды;
  - **Ссылка на весь документ:** <http://docs.cntd.ru/document/gost-r-52024-2003>
-

# Клубы прошедшие обучение:

## Encore Fitness (Ожо и Ясенево)



Ссылка на видео:

<https://youtu.be/9sMg576oJNA?list=PLblcPAHqslFh1lmbcTckHo-kmVk9-EH2N>

# Клубы прошедшие обучение:

## Five Concept Fitness



# Клубы прошедшие обучение:

вся сеть ФК «д. Лодер»



# Клубы прошедшие обучение:

Кимберли Лэнд



Спасение на воде:

<https://youtu.be/iySld764lbI?list=PLblcPAHqslFh1ImbcTckHo-kmVk9-EH2N>

# Клубы прошедшие обучение: фитнес клуб «Зебра»



Видео: <https://youtu.be/cenLIu1uBI?list=PLblcPAHqslFh1lmbcTckHo-kmVk9-EH2N>

# Клубы прошедшие обучение:

Алекс Фитнес



и многие другие.....



**Семинар проводит: Александр Мирошников** - кандидат биологических наук, доцент кафедры «Спортивная медицина», преподаватель направления «Безопасность Жизнедеятельности (БЖД)» РГУФКСМиТ, сертифицированный специалист: МЧС по Гражданской обороне и Чрезвычайным ситуациям, «CPR and AED» (АНА), инструктор EFR (USA)

---

# В программе:

- 1.** Теория первой доврачебной помощи в фитнес клубе;
  - 2.** Циклы помощи: ABCDS и AB-CABS;
  - 3.** Основы СЛР;
  - 4.** Блокада дыхательных путей;
  - 5.** Помощь при травме спинного мозга;
  - 6.** Помощь при кровотечении;
  - 7.** Помощь при шоке;
  - 8.** Сценарии несчастных случаев.
-

- **ПОСЛЕ ОБУЧЕНИЯ:** Вы научитесь оказывать неотложную первичную помощь пострадавшему, пройдя учебную программу, состоящую из комбинации теоретических занятий, отработки практических навыков и действий в смоделированных сценариях несчастных случаев. Обучение направлено на то, чтобы придать участникам уверенность в собственных силах в случае возникновения реальной чрезвычайной ситуации.

**семинар 6 часов**

---

# КУРС БАЗИРУЕТСЯ НА ПОЛОЖЕНИЯХ:

- **ILCOR** (*International Liaison Committee on Resuscitation*) — Международный комитет по взаимодействию в области реанимации;
- **AHA** (*American Heart Association*) - Американская Ассоциация Сердца;
- **ERC** (*European Resuscitation Council*) - Европейский Реанимационный Комитет;
- **Австралийский** и **Новозеландский** реанимационные комитеты.

# Лицей Учёный фитнес

Настоящим сертификатом подтверждается, что

прошел(-а) курс обучения по программе

**«ПЕРВАЯ  
ДОВРАЧЕБНАЯ ПОМОЩЬ»**



Генеральный директор  
ООО «Учёный фитнес»  
Франкфурт С.Г.

Регистр. № \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.



**Лицей «Учёный Фитнес», номер Лицензии 036446 от 19.08.2015,  
программа утверждена академиком РАЕН, д.м.н., профессором А.В.  
Смоленским. Ссылка на документы: <https://uchi-fitness.ru/about/>**