

# Семинар «Тренируйся с умом: курс на спортивную грамотность» в НОК Беларуси



20 сентября в штаб-квартире Национального олимпийского комитета Республики Беларусь состоялся образовательный семинар для спортсменов и тренеров «Тренируйся с умом: курс на спортивную грамотность».

Более 180 участникам, среди которых известные спортсмены и тренеры зимних и летних олимпийских видов спорта, представители комиссии спортсменов НОК Беларуси, учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», а также центра «Высшая школа тренеров», ведущие эксперты РНПЦ спорта рассказали о современных подходах научно-медицинского сопровождения спортивной подготовки, рассмотрены практические аспекты подбора и применения биологически активных добавок (БАДов) в спорте, проблемы антидопинговой безопасности, гидратации и сна.

Мероприятие было организовано впервые и является результатом совместной работы медицинской и антидопинговой комиссии НОК Беларуси и учреждения «Республиканский научно-практический центр спорта».

Фото: НОК Беларуси