

**Bjuder in till föreläsning!**

**”Konditionsträning – senaste forskningsrönen”**

Tisdag 22/10 från kl. 18.30 - 21.00, kommer Mikael Mattsson från GIH hit. Mikael är medicine doktor i fysiologi och kommer ge oss en spännande föreläsning om hur du på bästa möjliga sätt kan förbättra din och dina patienters kondition, samt vikten av konditionsträning under rehabilitering av idrottsskador.

**Föreläsningen börjar kl. 19.00
Bindande anmälan genom betalning till BG 177-9255,
samt på mail till** **nina@idrottskliniken.se**

**Vi har begränsat antal platser. Kostnad 300 :-
Adress: Vintervägen 50, Solna**[**www.idrottsklinikenrehab.se**](http://www.idrottsklinikenrehab.se)

**VÄLKOMNA!**Mikael är medicine doktor i fysiologi vid Karolinska Institutet, och forskar och undervisar i fysiologi och träningslära på GIH. Forskningen är framför allt inriktad på hjärtats och cirkulationens anpassning till ultrauthållighetsarbete.
Under nuvarande läsår gästforskar han på Stanford University i San Fransisco.
Mikael arbetar även praktiskt med idrottsfysiologi, träningslära och prestationsutveckling och som fystränare inom handboll, cykel och multisport. Mikael är själv aktiv idrottare och har tävlat i bland annat multisport.