

Trinity Masterclass:



Funkcionalna medicina i zapaljenski procesi

Da li performans sportista direktno zavisi i od efikasnosti i funkcionalnosti imunog sistema?



06. I 07. APRIL 2024.
KRALJA MILANA 10, BEOGRAD
OFFICE@TRINITY-METHOD.COM
+381 60 1777 533

Predavač:

**Dr Stewart
Gillespie**

*Masterclass je na engleskom jeziku

SADRŽAJ

3

Šta je Trinity

9

Agenda

4

Za koga jeste a za koga
nije ovaj Masterclass

13

Kotizacija i lokacija

5

Cilj, Misija i Vizija

14

O predavaču

6

Ključne tačke
Masterclass-a

15

Testimonial

7

Zašto je pristup tretiranja
imunog sistema važan za
performans

16

Zaključak

8

Zašto treba da
prisustvujete



ŠTA JE TRINITY?

Trinity je koncept koji okuplja tim stručnjaka iz oblasti fizičke pripreme, dijetetike, psihologije, biohemije i biofizike, sa ciljem da klijentima omogući celovit sadržaj usmeren na unapređenje fizičke, fiziološke i psihičke dobrobiti.

Koncept Trinity postoji više od 4 godine i za to vreme je preko 1000 korisnika uspešno koristilo naše usluge i savete kako da se osete bolje. Trinity je namenjen korisnicima svih uzrasta, potreba i zdravstvenog stanja.

KO JE IDEALNI POLAZNIK MASTERCLASS-A?

- **Treneri** - Profesionalci koji imaju za cilj da integrišu holistički pristup u svoje treninge, uzimajući u obzir i način života i biološke markere svojih klijenata.
- **Kondicioni treneri** - Treneri koji rade sa sportistima i koji žele da optimizuju njihove performanse i oporavak kroz dublje razumevanje internih zdravstvenih markera.
- **Fizioterapeuti i manuelni terapeuti** - za sve one koji rade individualno na oporavku sportista i nisu zadovoljni rezultatima ili žele još bolje rezultate, ovaj master class je nešto što ne smete propustiti
- **Nutricionisti** - Iako je primarni fokus na funkcionalnoj medicini, ova tema može ponuditi dragocene uvide za ovu struku.
- **Ljubitelji fitnesa** - Oni koji žele da razumeju dublje aspekte zdravlja i fitnesa i kako mogu da optimizuju svoje zdravlje.

ZA KOGA OVAJ MASTERCLASS NIJE NAMENJEN

- **Pojedinci koji traže medicinski savet** - Ovaj Masterclass je edukativnog karaktera i ne zamenjuje savete lekara.
- **Profesionalci koji traže brza rešenja** - Masterclass se fokusira na holistički i dugoročni pristup zdravlju, ne na brza rešenja i prečice.
- **Profesionalci koji rade van zdravstvenog i sportskog sektora** - Osim ako Vas lično ne zanima ova tema, ova edukacija najverovatnije nije primenljiva na Vašu oblast. Ukoliko se dvoumite, javite nam se na *office @trinity-method.com* da rešimo sve nedoumice.

CILJ MASTERCLASS-A



UNAPREDITE SVOJE VEŠTINE I
POSTANITE SPECIJALISTA ZA
PREPOZNAVANJE I TRETIRANJE
INFLAMATORNIH PROCESA

*Masterclass je na engleskom jeziku

MISIJA

Na jednom mestu i lako dostupno, stavljamo na raspolaganje ekspertizu i znanje koje je Trinity tim godinama sticao u svojim strukama, kako bismo ispričali komplektniju priču o "performansu" i kako bi svakom korisniku podstakli dodatno razmišljanje o faktorima koji utiču na to kako se osećamo, i faktorima koji utiču na "performans".

VIZIJA

Želimo da svim sportskim radnicima omogućimo informacije, podršku i neophodne alate za kreiranje efikasnijeg sportskog ili poslovnog sistema, a samim tim i efikasnijih sportista i ljudi.

KLJUČNE TAČKE MASTERCLASS-A



Dvodnevna radionica funkcionalne medicine je dizajnirana posebno za stručna lica iz sporta i medicine. Naučite kako da integrišete koncepte funkcionalne medicine u vaše svakodnevne prakse i na taj način brže i jednostavnije ostvarite bolje rezultate za Vaše klijente.

Dr Stjuart Gilespi je vodeći stručnjak u industriji i edukator iz oblasti funkcionalne medicine i imunog sistema. Na ovoj dvodnevnoj radionici, on će podeliti metod koji je razvio sa ciljem pomoći ljudima radi oporavka od hroničnog bola, upala, autoimunih bolesti i povreda koje se ponavljaju, ali i indirektnog uticaja na povećanje radne-fizičke sposobnosti.



ZAŠTO JE PRISTUP TRETIRANJA IMUNOG SISTEMA VAŽAN ZA PERFORMANS



Trinity

BILO DA STE DEO SPORTSKOG SISTEMA ILI IMATE PRIVATNU PRAKSU, KLIJENTI SA KOJIMA RADITE ĆE ITEKAKO OSETITI BENEFITE USLED RASTEREĆENJA IMUNOG SISTEMA

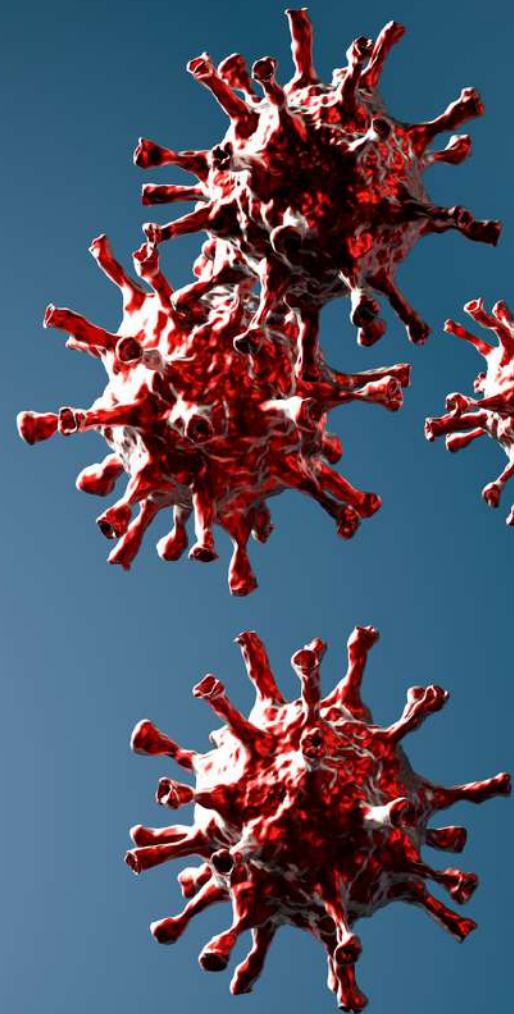
Telo ima određeni energetska kapacitet i način na koji tu energiju raspoređuje u rešavanju određenih problema i interpretaciji stimulusa koje dobija.

Postoje sistemi ali i informacije-stimulusi koje su za telo prioriterniji u odnosu na druge.

Imuni sistem je na visokom nivou liste prioriteta po važnosti za organizam. Iz tog razloga svako opterećenje imunog sistema (VIRUSNE, BAKTERIJSKE infekcije, budj, PARAZITI, teški metali itd), uvešće telo u stanje alertnosti, gde će sve ostale informacije, ali i sistemu biti zanemareni.

Zato kada govorimo o "high performansu" u sportu, imuni sistem igra važnu ulogu. Prepoznavanje njegove opterećenosti i primena određenih metoda, suplemenata itd kako bi se rasteretio, može direktno uticati na povećanje efikasnosti, kako energetske, tako i kretne, kognitivne, emocionalne.

Takodje, dovodjenje imunog sistema u balans, značajno će ubrzati proces regeneracije organizma, kada je npr oporavak od povreda u pitanju.



ZAŠTO TREBA DA PRISTVUJETE OVOM MASTERCLASS-U?



1. **Holistički pristup problemu i zdravlju.**
2. **Personalizacija plana treninga i lečenja.**
3. **Rano otkrivanje potencijalnih problema.**
4. **Poboljšana komunikacija sa klijentima i unapređenje međusobnog poverenja.**
5. **Saradnja smeđu strukama - treneri, zdravstveni radnici, nutricionisti i drugi profesionalci.**
6. **Ostanite ili postanite lider u svom polju.**
7. **Diverzifikujte svoje veštine.**
8. **Povećana vrednost vaših usluga**

09:00

Registracija i kafa dobrodošlice

09:30 - 12:00

Prepodnevna sesija

Inflamacija: nova perspektiva

Inflamacija je u osnovi svih hroničnih bolesti i dijagnoza mišićno-skeletnog sistema. Ali šta pokreće inflamaciju?

Prijatelj ili neprijatelj?

Akutni inflamatorni odgovor je normalan i neophodan. Ali kako on postaje hroničan? Šta pođe po zlu? Naučite kako i zašto se akutni inflamatorni odgovor 'pokvari'.

Hronična inflamacija

Zajednički faktor za svaku mišićno-skeletnu dijagnozu, bol i autoimunu bolest. Upala je imuni odgovor, ne mišićno-skeletni problem.

Zarastanje i oporavak tkiva

I zarastanje je takođe imuni odgovor. Naučite kako da pomognete klijentima da izbegnu ožiljke i fibroze.

Sistemske pristup

Simptomi Vašeg pacijenta će Vam otkriti koje sisteme u telu treba prvo da adresirate.

dan 1:



12:00 - 13:00

Pauza za ručak

13:00 - 17:00

Popodnevna sesija

Imuni sistem i inflamacija

Zašto mišićno-skeletni terapeuti leče upalu, ali ne adresiraju imunološki sistem?

Urođeni imunitet

Akutni inflamatorni odgovor je normalan i neophodan. Kako on postane hroničan? Šta pođe po zlu? Naučite kako i zašto se akutni inflamatorni odgovor 'pokvari'.

Stečeni imunitet

Zajednički faktor u svakoj mišićno-skeletnoj dijagnozi, bol i autoimunu bolest. Upala je imuni odgovor, a ne a mišićno-skeletni problem.

Imuni tipovi: Th1, Th2, Th17 i Treg

Naučite kako da identifikujete imuni tip vašeg klijenta: Th1, Th2, Th17 i Treg postavljanjem jednostavnih pitanja.

Kako pomoći klijentu u odnosu na njegov imuni tip

Rešenje za Vašeg klijenta će se razlikovati u zavisnosti od njihovog tipa imuniteta. Zato neki klijenti različito reaguju na tretmane ili suplemente. Razumevanje imunih tipova je od suštinskog značaja za njihovo adresiranje simptoma i procesu oporavka. Naučite koje suplemente koristiti (i još važnije - koje izbegavati) na osnovu imunog tipa klijenta i koji protokoli ishrane i vežbanja funkcionišu najbolje za njihov imuni tip.

dan 1.

09:00

Registracija i kafa dobrodošlice

09:30 - 12:00

Prepodnevna sesija

Bol u donjem delu leđa

Zašto bol u donjim leđima sada može da se smatra autoimunim problemom.

Covid 19

Zašto su bol u zglobovima i donjem delu leđa bila uobičajena prezentacija virusa Covid-19? Naučite kako da pomognete svojim klijentima koji se još uvek nose sa bolom i umorom.

Autoimune bolesti

Vi ne treba da lečite dijagnozu. Već da napadnete problem inflamacije koji se provlači iza nje. Naučite detaljna rešenja.

Nevidljive infekcije

Infekcije kao što su kandida, SIBO, virusi i paraziti su povezane sa mišićno-skeletnim problemima.

Nervni sistem, fascia i imunološka veza

Naučite kako nervni sistem, fascialna mreža i imuni sistem utiču na bol i inflamaciju + rešenja.

12:00 - 13:00
Pauza za ručak

13:00 - 16:00
Popodnevna sesija

Pitanja koja treba da postavite svojim klijentima

Detaljni formular sa svim pitanjima koja treba da postavite.

Studije slučaja

Vaša prilika da učestvujete. Proći ćemo kroz stvarne primere iz publike od početka do kraja.

Stavljanje naučenog u praksu

Naučite kako da sve naučeno primenite na svojim klijentima što pre.

dan 2:

KOTIZACIJA 35.000 RSD

30.000 RSD popust 20% za rane uplate - do 01.03.2024.

U cenu ulazi:

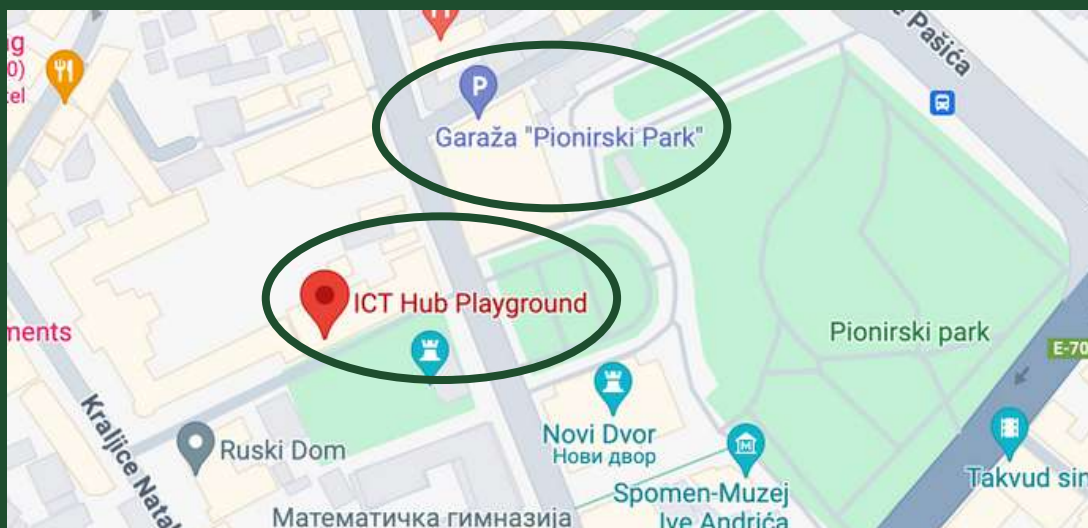
- 2 cela dana Masterclass predavanja sa svim potrebnim materijalima
- Kafa, čaj, voda
- Ručak oba dana
- Snimak predavanja

*Masterclass je na engleskom jeziku

KUPITE KARTU

LOKACIJA

Kralja Milana 10, Beograd - ICT Hub - ulaz iz Devojačkog parka sa stepeništa.
U neposrednoj blizini je garaža 'Pionirski park'





**Dr Stewart
Gillespie**

Dr Stjuart Gilespi je praktičar i stručnjak funkcionalne medicine sa preko 20 godina kliničkog skustva. On leči pacijente širom sveta putem svoje virtualne prakse i obučava zdravstvene profesionalce za primenu njegovog autorskog metoda 'Inate Immunity Method™' kroz njegov mentorski program.

Prvobitno školovan kao osteopata u Londonu i kiropraktičar u Njujorku, dr Stjuart Gilespi je preko 4 godine blisko sarađivao sa dr Erikom Bergom, – pomažući pacijentima sa hormonskim problemima, gubitkom težine, u tumačenju testova krvi i kroz funkcionalni laboratorijski rad.

Dr Gilespi je takođe sam prošao mnoge obuke i mentorstva, učeći od Čarlsa Polikuina, Datis Kharraziana, na Univerzitetu Funkcionalne Medicine i Institutu Kalish.

Dr Gilespi podučava svoj autorski metod o tipovima imuniteta na radionicama uživo širom sveta. 2019. je predavao je sa dr Perijem Nickelstonom (Stop Chasing Pain), nakon što mu je pomogao da se oporavi od misteriozne automune bolesti.

Dr Stjuart Gilespi je najpoznatiji po svom Mentorstvu Funkcionalne Medicine, kojim je uspešno pomogao hiljadama klijenata i obučio brojne terapeute i profesionalce iz medicinske struke širom sveta.

TESTIMONIAL:



Dr Perry Nickelston
Stop chasing pain



Five years ago I became so sick I had to close my practice and stop teaching.

I was diagnosed with an autoimmune disease and offered no help from traditional medicine beyond medication that was not working. I suffered from brain fog, fatigue, pain and exhaustion taking 3-4 naps a day.

Felt like I was slowly dying. I had to heal myself. So I started on my own and began to recover.

Working with Stewart helped bring me back to a place long forgotten about: energy, health and vitality.

[View Insights](#)



Liked by [kate.smith.chiro](#) and 146 others

Why did we start FHS? I was really sick. Then with Stewart's help I was not. Now we teach you. It's that simple

"Pre pet godina postao sam toliko bolestan da sam morao da zatvorim svoju praksu i da prestanem da predajem. Dobio sam dijagnozu – autoimuna bolest i pored lekova koji nisu pomagali, nisam dobio pomoć od tradicionalne medicine. Patio sam od 'brain fog', hroničnog umora, bola i iscrpljenosti, imao sam 3-4 dremke u toku dana. Osećao sam se kao da polako umirem. Morao sam da se zalečim. Pa sam krenuo sam i počeo da se oporavljam. Rad sa Sjuartom mi je pomogao da se vratim na onome što sam davno zaboravio: energiji, zdravlju i vitalnosti."

Telo je fantastična mašina, sa neverovatnim mogućnostima. Imuni sistem predstavlja visoko mesto sa aspekta prioriteta za telo, i neophodno je posvetiti mu pažnju kako bi sav potencijal ljudskog organizma došao do izražaja.



Trinity



FILIP MIHAJLOVIĆ

SPECIJALISTA ZA PERFORMANS U SPORTU
I
OSNIVAČ TRINITY METHOD

office@trinity-method.com

www.trinity-method.com