

國際街頭健身及徒手訓練 專家證書課程

*Certified Street Workout
& Calisthenics Specialist*



街頭健身已經成為一項競技運動，除了腹肌訓練、引體向上、曲臂撐、深蹲和伏地挺身這些常見的街頭健身動作外，一些需要極大力量的雜技動作，例如倒立、前水平、後水平、龍旗、人體國旗、俄式挺身（俄挺）、十字支撐、暴力上槓和單手引體向上等等，都被公認為最具挑戰性的技巧！

aasfp聯同世界街頭健身聯會（WSWCF）舉辦首個在香港舉辦的街頭健身國際認證課程，課程結合實體和網上課程，提供歐洲最前沿的街頭健身知識和技能。透過實踐訓練和個性化指導，您將全面掌握街頭健身的核心概念。完成課程後，您將獲得認可的證書，為職業發展帶來更多機會。開啟您在街頭健身界的精彩旅程！

課程結構

- 2日9小時的實體課
- 7小時網上課程

- ★ 學員必須出席及完成所有課堂並通過考核，方能取得 WSWCF 發出的「國際街頭健身及徒手訓練教練證書」及 AASFP × WSWCF 發出的「國際街頭健身及徒手訓練專家證書」。
- ★ 學員有機會成為香港首批 WSWCF Master Trainer，為 AASFP 在香港區進行 AASFP X WSWCF 「認證街頭健身應用專家證書」課程！



日期

日期：2025年11月22日及23日
時間：10:00 - 19:00
地點：鰂魚涌英皇道1065號
東達中心11樓1103 A室



課程費用

舊生會價：HK\$9,500
正價：HK\$9,800
早鳥優惠：2025年11月1日 前報名
可享HK\$1,000優惠

導師

莫皓然 M2



香港街頭健身總會主席

街頭健身及徒手健身 Master Trainer

香港前街頭健身代表運動員、世界排名23（2019）

香港浸會大學體育及康樂管理（榮譽）學士

