



ASIAN  
ACADEMY FOR  
SPORTS &  
FITNESS  
PROFESSIONALS  
亞洲運動及體適能專業學院

Associated with:  
  
AUM Yoga Academy

# Advanced Aerial Yoga Teacher Training Course 高階空中瑜伽 導師證書課程

## 課程簡介

「空中瑜伽」對修飾身體線條和保持健美有很大作用，故近年頗受大眾歡迎，甚至成為夫婦打破隔膜的運動。課程助學員設計空中治療、空中Fitness、空中舞蹈及空中伸展等高階動作，並利用吊床針對改善一般都市病如椎柱側症狀，坐骨神經痛，肩周炎等。學員完成培訓後，學時及學分可累積至AUM Yoga US Yoga Alliance (美國瑜伽聯盟) 持續進修學分。

對象：適合具瑜伽訓練經驗人士或私人體適能教練參與

## 課程結構：

- 高階空中瑜伽導師課程包括10小時理論
- 15小時高級練習
- 10小時教教學/助教實習

**Doris LI 李京瑛**  
資深瑜伽導師



期：2019年10月19, 20日\*  
時間：每堂5小時  
地點：佐敦



AUM Yoga Academy

\*入學資格：持有AASFP空中瑜伽導師證書資格



課程費用：AASFP會員：HK\$ 7,250 正價：HK\$ 7,500

優惠政策

提前報名繳費優惠：9月28日前報名可享 HK\$250 折扣



2578 9877

f AASFP  
5543 3050

www. www.aasfp.com  
aasfp@aasfp.com



香港鰂魚涌英皇道1065號東達中心16樓1603室

AASFP  
CEUs: 0.8

