

第8班



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

泰拳

Muay Thai

教練(高級) 證書課程

作為專業的泰拳教練，必須深入了解泰拳的知識，具備全面的個人技術及教練指導技巧。高級課程為中級課程的進階，特別注重泰拳教練指導技巧以及泰拳動作在對練上的實際運用，將會透過實踐應用，全面提升學員的組合設計、高級握靶、擂台對練能力。

課程重點:

- 高級攻防技術 - 進階纏制角力及投摔訓練
- 拳手訓練營 - Boxer Bootcamp特別為泰拳設計的循環訓練計劃-提升平衡、反應能力、肌耐力、爆發力、柔韌度
- 泰拳擂台賽 - Sparring 技術主導的模擬泰拳擂台比賽，包括拳腿膝(纏扭)技術



日期: 2023年3月7, 14, 21, 28日, 4月4, 11, 18, 25日
5月2, 9日 (逢星期二)

時間: 8:00 p.m. - 11:00 p.m.
銅鑼灣

Greatest Thaiboxing



課程費用: 會員價HK\$5,980 正價 HK\$6,130

提前報名優惠政策

2023年2月14日前報名可享HK\$150優惠
** 費用包括手肘護套一個



2578 9877

f Instagram AASFP
5543 3050

www www.aasfp.com
aasfp@aasfp.com

導師
余曉帆 師傅
Master
Benny YU

1999-2000年度56公斤
散打搏擊冠軍
國際認可泰國拳教練及裁判

AASFP
CEUs: 1.2

PHYSIO
CPD: 8

