



日期: 2026年1月9日-3月6日

(逢星期一及五)

時間: 7:00 p.m.- 10:00 p.m.

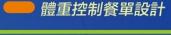
地點: AASFP課室

Nutrition & Weight Management Certification



都市人無論男女,都希望Keep Fit保持完美身型 可惜坊間太多謬誤,以為減食便能修成正果,卻 捱壞身子。本證書課程提供學員相關的醫學知識, 讓學員懂得處理有關體重控制的營養問題

- 宏量及微量營養素:功能,缺乏病症與健康食物配搭
  - 系統化個人營養評估及分析
- 本地食物熱量轉換及應用竅門
- 有效減肥策略之理論,實踐與應用
- 營養諮詢7大步驟應用
- 減肥緩慢成因之近代相關科研及理論
- 生酮飲食法減肥法利弊剖析與評鑑
- 食物標籤認知及個案分析
- 實用增肌策略及技巧





邱美玲 Mylene KHOO 加拿大註冊營養師及



陳育明 **Marcel CHAN** 英國註冊營養師及 運動營養師



陳勇堅 **David CHAN** AASFP客席講師 資深執業註冊營養師

團體報名(3人或以上):每人HK\$ 3,680 課程費用:

> 舊生會價: HK\$3,880 正價: HK\$3,980

提前報名繳費優惠 2025年12月19日前報名可享 HK\$100 優惠 優惠政策:

1.8

**CPD** 

**©** 2578 9877 www.aasfp.com AASFP

Ϲ 5543 3050 🖾 aasfp@aasfp.com

❷ 香港鰂魚涌英皇道1065號東達中心16樓1603室

