

營養及體重 控制證書課程

Nutrition & Weight
Management
Certification

第 119 班

課程簡介

專為香港飲食文化打造的
營養證書課程，結合科學體
重管理與本地特色！

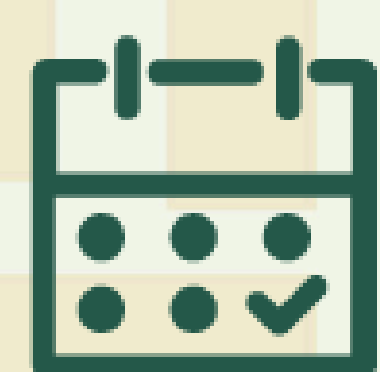
破解少食迷思，掌握茶餐廳、快餐點餐及
「1+7」營養標籤。課程拒絕紙上談兵，
不僅教你不用吃水煮餐也能輕鬆減脂，更
特設全港罕見的一小時實習諮詢，全面提
升你的專業營養分析能力！

合適人士

運動員、健身教練、
美容師、醫護人員等



日間班



日期：2026年10月6日至11月10日
(7堂+2考試日)

時間：10:00 a.m.- 1:00 p.m.

地點：AASFP課室



三人同行價：HK\$3,380

舊生會價：HK\$3,580

正價：HK\$3,680

2026年9月15日或之前報名

可享 **HK\$100** 早鳥優惠



2026年7月6日起
全新課程，上課時間更精簡！

7堂21小時理論及實踐課 + 0.5小時網上自修課
+ 3小時理論考試 及 1小時實習試

- 了解有效而正確之體重控制方法、
行為修正方法及一般流行減肥謬誤
- 卡路里計算方法
- 食譜分析及編寫
- 管理食物及廚房衛生
- 評估及分析飲食習慣及營養需要
- 輔導及溝通技巧
- 食物標籤、設計餐單及出外飲食技巧



導師



邱美玲
Mylene KHOO
加拿大註冊營養師及
運動營養師



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

