



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



中国



zen place

AASFP X BASI Pilates™

普拉提教練（墊上運動） 證書課程 Instructor (Mat Work) Certification

課程簡介：

普拉提能夠改善腰背痛及日常不良姿勢，同時提高專項運動表現，故不少臨床物理治療師會以普拉提訓練病人的脊骨穩健性。

AASFP聯同國際權威之普拉提培訓學院BASI™，推出普拉提教練證書課程系列，是一套針對普拉提之父Joseph Pilates訓練法，再融入其獨有的組合系統(Block System®)訓練原則所結合而成。

BASI™普拉提課程在美國被譽為最具系統化及考核嚴格的課程之一，學員通過嚴峻的考核及教學評估後，更可獲取多達16個國家如美國、英國、日本、巴西等地區認可之普拉提教練證書。

課程內容：

68小時課程包括

36小時理論及實習課 + 19.5小時自我導向練習 + 2.5小時理論及實習考試 + 10小時基本功訓練：

- BASI™的訓練方式及Block System®的訓練原則
- 48種墊上運動訓練技巧及動作分析
- 課堂管理技巧，教授如何編寫課堂及上課流程

入學要求：

適合物理治療師、健身教練、運動員、團體操教練、舞蹈員及任何對Pilates運動有興趣之人士



日期：2020年2月29日 (星期六 / 三)

時間：(六) 10:00 a.m. - 5:00 p.m.

(三) 6:00 p.m - 10:00 p.m.

地點：AASFP



課程費用： AASFP會員：HK\$ 16,200 正價：HK\$ 16,600

優惠政策

提前報名繳費優惠：

2020年2月8日前報名可享 HK\$400 折扣



林家琪 MS. MICHELLE LAM

AASFP首席臨床普拉提教練

BASI™ 委任教學人員



2578 9877

f AASFP
5543 3050

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: 1.2

CPD 15