

# 普拉提教練 (復康)

## 證書課程

第2班

Certificate in Pilates Trainer Rehab

CEUs  
AASFP

1.4

CPD

15

跟隨資深物理治療師視角，  
解構每個動作的解剖學與康復原理！

課程採用漸進式的教學方法，由擁有超過10年Pilates康復經驗的資深註冊物理治療師授課；從適合高度敏感患者的低難度訓練開始，逐漸到適合症狀較輕患者的高級功能性動作，從而緩解患者症狀、增強其控制感，以及降低再受傷的風險。

對於普拉提愛好者而言，這不只單是在墊子上、在墊子上配合道具、使用普拉提 (Pilates) 器械、Reformer訓練技巧的練習，更是一次將「興趣昇華為專業」的黃金機會！

對於運動教練來說，這更是你拉開行內競爭差距、開拓「運動復康」藍海市場的「秘密武器」！



2026年7月22日、8月12日  
(9am - 330pm) (三)

2026年7月29日、8月19日  
(9am - 630pm) (三)

地點：aasfp



三人同行價：HK\$7,900

舊生會價：HK\$8,500

正價：HK\$8,800

早鳥優惠：2026年7月1日前報名  
可享HK\$300優惠



共28小時面授

### 第一天

- 普拉提輔助器材和設備的實踐課康復用普拉提的注意事項、禁忌症及最新研究

### 第二天

- 普拉提對脊柱病症的應對  
(PID椎間盤突出、脊柱側彎、脊椎滑脫)

### 第三天

- 普拉提對上肢部分的應對  
(肩部夾擊、肩周炎)

### 第四天

- 普拉提對下肢部分的應對  
(退化關節炎，膝、髌關節置換)

