



康復後體適能
教練證書課程

軀幹

Post Rehab Trainer Certification (Core)

CEUs 1.5

此課程將物理治療的基本知識和技巧與體適能的訓練概念結合，可全面提升私人教練的康復後訓練知識和實踐技巧，並獲連鎖大型健身中心的管理層大力推薦旗下教練報讀。只要同時掌握上肢、下肢及軀幹的康復知識，你便可成為行業中康復後訓練的領先專業人士，為客人提供更為安全有效的體適能訓練。

軀幹康復後訓練原則及理論

- 康復及康復後訓練概念
- 胸椎、腰椎及骨盆醫學解剖
- 常見醫學相關資料及用詞

骨盆相關損傷及康復後訓練

- 梨狀肌綜合癥
- 骨盆不穩定
- 骯髖關節功能障礙癥等

胸椎相關損傷及康復後訓練

- 胸椎僵硬 / 腰椎扭傷等

腰椎相關損傷及康復後訓練

- 椎間盤突出
- 滑脫 / 腰椎前移
- 小關節疼痛，腰椎不穩定
- 強直性脊椎炎，椎管狹窄
- 脊柱側彎
- 坐骨神經痛相關痛文



日期：2022年6月7, 14, 21, 28日, 7月5, 12, 19, 26日

時間：9:00a.m. – 12:00p.m.

考試：(實習) 7月26日, (理論) 8月2日

地點：AASFP

報讀要求：持有AASFP高級私人體適能教練證書或物理治療師，
如持有其他體適能教練資格須向本學院查詢入學安排



劉建榮 Wing LAU

註冊物理治療師



課程費用：舊生會價 HK\$5,400

非舊生會價 HK\$5,600

(2022年5月17日前報名享有早鳥優惠\$200)

團體報名(3人或以上)：HK\$5,000

 **2578 9877**
www.aasfp.com

  **AASFP**

 **5543 3050**

 **aasfp@aasfp.com**

 香港鯉魚涌英皇道1065號東達中心16樓1603室
Room 1603, 16/F., Eastern Centre, 1065 King's Road, Quarry Bay, HK